

Kugel-Wernis neues Leben als Genussmensch

Genau vor fünf Jahren kehrte Werner Günthör dem Spitzensport den Rücken zu. Auf die glatte Haut legte er sich nicht – aber hin und wieder auf ein Wasserbett.

Von **Barbara Lukesch**

130 Kilogramm bringt der Zweimeter-Mann immer noch auf die Waage, auch wenn der Anteil Muskelmasse, der einst unseren «Kugel-Wernis» zum imposanten Riesen machte, deutlich zurückgegangen und durch die ganz normalen Pöhlsterchen eines gutgenährten 37jährigen ersetzt worden ist. Das musste so kommen, schliesslich kann er ja seinen Körper nicht ein Leben lang dem Stahlbad eines Spitzensportler-Trainings aussetzen.

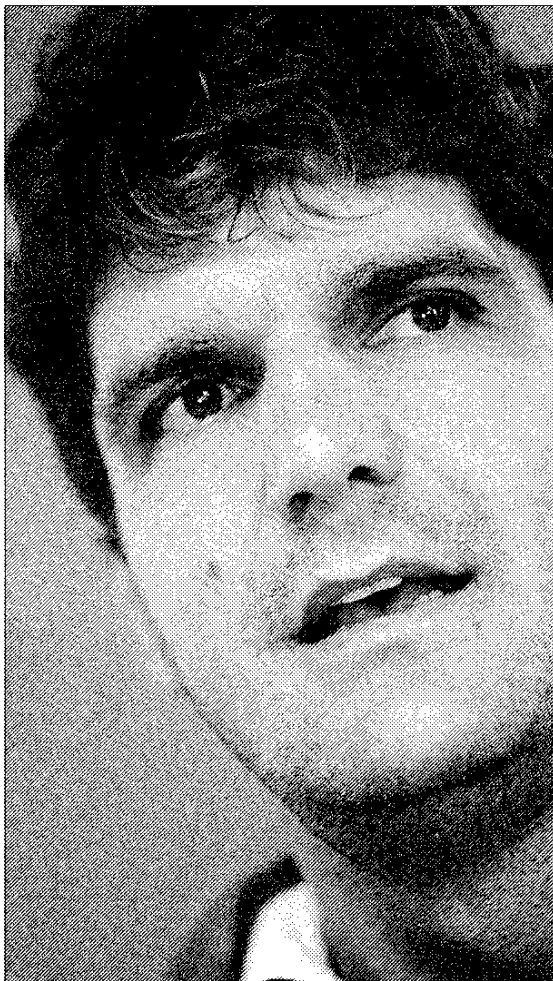
Trotzdem ist der dreifache Kugelstossweltmeister dem Sport treu geblieben. Die Eidgenössische Sportschule Magglingen, diese hoch über dem Bielersee liegende Schmiede der körperlichen Hochleistung, ist nach wie vor der Lebensmittelpunkt jenes Mannes, der einst weltmeisterlich die Kugel stoss und heute als Ausbilder und Trainer dafür sorgt, dass unserem Land die Wurf Talente nicht ausgehen.

Bescheiden und anständig

Die Rollenbesetzung ist ideal. Welche Sportart kann ihrem Nachwuchs schon einen Lehrer anbieten, der kein Geringerer als der Schweiz erfolgreichster Leichtathlet aller Zeiten ist? Darüber hinaus ist er bescheiden, höflich und hochanständig, klagt über den zunehmenden Egoismus und die mangelnde Hilfsbereitschaft unter den Menschen: Ein Sportler aus altem Schrot und Korn sozusagen, einer, auf den man noch stolz sein kann. An ihm, fand einst Bundesrat Ogi, können sich Junge ein Vorbild nehmen. Dank ihm, sagte sich schon 1990 das Rapperswiler Unternehmen «AquaDynamic Wasserbett», werden wir unseren Umsatz steigern. Und machte Günthör zum Botschafter seines Produktes. Dass die TV-Spots etwas handgestrickt gerieten, weil der Werni zwar ein Sport-, aber kein Schauspielstar ist, tat der in diesem Jahr auslaufenden Zusammenarbeit keinen Abbruch. Günthörs landesweite Popularität machte alles wett.

Einzig beim Thema Doping lässt ihn sein sanfter Charme vorübergehend im Stich; gereizt braust er, der nie des Dopings überführt wurde, auf «jetzt kommen Sie auch noch damit». Er habe es da oben, zürnt er und zieht mit seiner Hand eine unmissverständliche Grenzlinie auf Kinnhöhe, und frage sich schon lange, warum er sich überhaupt noch rechtfertige: «Egal, was ich sage, das Misstrauen bleibt ja doch.» Seine Aussagen sind aber auch diffus, seine Vergleiche ungenau: «Genausowenig wie alle Porschefahrer rasen, genausowenig dopen sich alle Spitzensportler.»

Sein Ärger ist nachvollziehbar. Wer lässt sich schon gern die verdienten Früchte der Arbeit madig machen? Zeitweise müssen ihn die Dopingverdächti-



BILDER PETER LAUTH

Nur keinen Stress mehr: Der frühere Kugelstossstar Werner Günthör.

gungen wirklich schier aufgerieben haben. So zum Beispiel an den Olympischen Spielen 1992 in Barcelona, wo er nicht zuletzt wegen des im «Spiegel» erhobenen Vorwurfs des Anabolikamissbrauchs derart aus der Bahn geriet, dass er die fest eingeplante Goldmedaille verpasste.

Doch der Ostschweizer betrieb das Kugelstossen mit solcher Leidenschaft, dass ihn Niederlagen nicht endgültig stoppen konnten. Er sei regelrecht süchtig gewesen nach den grossen, starken Gefühlen, die er in seinem bisherigen Leben nur im Sport erlebt habe: Erfolgslunger, Lampenfieber, Euphorie. Das seien einmalige Momente, vergleichbar höchstens jenem, stelle er sich vor, den eine Frau bei der Geburt eines Kindes erlebe.

Mit der Geschwindigkeit eines TGV, gerät er beim Erzählen nochmals ins

Feuer, habe ihn der Spitzensport durch die Welt geschleht. Heute Oslo, morgen Stuttgart, übermorgen Seoul. Verarbeitet habe das keiner, aber das sei auch nicht wichtig gewesen. Das Kugelstossen sei das Zentrum seines Denkens und Handelns gewesen. Einem Korsett gleich habe der wöchentliche Trainingsplan seinen Alltag zusammengehalten: «Minute für Minute war Leistung gefordert, volle Kanne, nicht 95 Prozent, sondern hundert und mehr.» Viel Platz für andere habe es damals nicht gegeben, Trainingsfleiss zählte, eiserne Disziplin musste her, Konzentration auf das Wesentliche, und auch seine Frau habe gewusst, dass damit das Kugelstossen und nicht etwa sie gemeint war.

Zwölf Jahre Entbehrung, Verzicht, Härte. Ein «Absturz» in den Beizen von

Biel, und der nächste Morgen im Kraftraum war die Hölle. Gleichzeitig waren die zwölf Jahre aber auch wie ein Rausch: Geprägt von Tempo, Intensität, Adrenalin, Versagensängsten, die ihm den Schweiß in Bächen aus den Poren trieben und ihn – Sekunden vor einem alles entscheidenden Stoss – oft wünschen liessen, er könne einen Reissverschluss herunterziehen, aus seinem Körper herausklettern und sich davonstellen. Doch nach einem Sieg war alles gut: «Gold-Wernis» hiess es in den Schlagzeilen und auf den Illustrierten-Titeln, seine Popularität stieg, die Fans jubelten, er wurde zum Sportler des Jahres erkoren.

Und jetzt? Jetzt bildet er jugend-& Sport-Leiter aus, widmet sich zwei australischen Kugelstoss-beziehungswise Diskus-Talenten, denen er während dreier Monate die Trainingseinheiten diktiert, freut sich mit «seinem» Schweizer Werfer und Werferinnen über Erfolge, leidet mit ihnen, fiebert mit – aber dasselbe wie früher ist es natürlich schon nicht.

Mitunter frage er sich, was der Sinn des Lebens sei, was er in Zukunft noch machen solle. Tag für Tag fahre er nach Magglingen, nehme plötzlich einen Baum wahr, den er seit Jahren täglich passiere, aber nie beachtet habe, und realisiere, wie sehr er in der Routine gefangen sei. Gleichzeitig sei er aber auch froh, dass sein Leben ruhiger geworden sei und er nicht länger mit dem Schnellzug durchs Leben rase, sondern – wie ein ganz «normaler» Mensch – auf einem Bummler reise und solche Beobachtungen überhaupt wieder machen könne.

Seit dem Ende seiner Sportkarriere lebe er ausgeglichener und entscheide sorgfältiger, was er wolle und was nicht: 24 Stunden pro Woche trainieren will er auf keinen Fall mehr. Den Spitzensport habe er ad acta gelegt: «Das ist gut so», sagt er mit Überzeugung. Heute geht er gnädiger mit seinem Körper um, presst ihn nicht mehr bis an die Grenzen aus, ja, inzwischen muss er sogar darauf bedacht sein, wieder einen Rhythmus zu finden, sich mehr und vor allem regelmässiger zu bewegen, um ein gewisses Niveau nicht zu unterschreiten.

Auch einmal ein Glas zuviel

Wer wollte es dem einstigen Musterathleten, der seinem Körper jahrelang nahezu Übermenschliches abverlangt und ihn dabei akribisch kontrolliert hat, verdenken, dass er heute Mühe damit hat, sich aufzuraffen und gezielte Trainingsanstrengungen zu unternehmen? Er spielt hin und wieder mit Kollegen Eishockey, fährt Ski, hängt ein bisschen im Kraft-raum oder Fitness-Center herum: Nur keinen Stress! Nach den langen Jahren der Askese und Disziplin darf jetzt auch wieder einmal frei von Schuldgefühlen dem Genuss gefrönt werden: Mussestunden in der Hängematte, Faulenzen in der Badi, gut essen und dazu «einen feinen Roten» trinken, und wenn man am nächsten Tag müde ist und schwere Glieder hat, ist's halb so wild.

Sein Rücktritt aus dem Spitzensport, sagt er etwas pathetisch, sei so stimmig gewesen wie das Sterben nach einem erfüll-



Job als Ausbilder: Günthör in Magglingen.



Vorbild für die Jungen: Trainer Günthör.

ten Leben. Er habe gespürt, dass das Feuer, das früher «so heftig wie ein Hochofen» in ihm gebrannt habe, nur noch ein kleines Feuerchen gewesen sei. Mit dem Gewinn der Weltmeisterschaft in Stuttgart, jenem Ort, an dem er 1986 erstmals einen internationalen Triumph feiern konnte und Europameister wurde, hätten sich 1993 die Kreise geschlossen und er habe sich gesagt: «Das war es wohl.»

Heute ist Werner Günthör ein anderer Mensch. Er wird zwar nach wie vor auf der Strasse erkannt und um Autogramme gebeten. Doch die Zeiten des «Kugel-Wernis», die er selber seinen einstigen Kosenamen kariert, seien vorbei. Er sei auf der Suche, sagt er, wolle vielleicht einmal ein Jahr aussteigen und mit seiner Frau eine Reise durch Australien oder Südamerika machen. Wer weiss, was noch komme, fragt er etwas ratlos. Jetzt gehe er erst einmal mittagsessen.

de Sede – da bleib ich gerne sitzen!

Zürichs einziges de Sede - Studio
mit lückenlosem Sortiment.

Rosenberger | Hollinger AG

HAUS DER WOHNKOLLEKTIONEN

Hauptgeschäft Zürich-Wiedikon mit 5'000 m² Ausstellfläche auf 7 Etagen: Rödligersrasse 15, 8027 Zürich, Haltestelle Utobrücke, (Tram 13, Bus 33), S-Bahnhof Zürich-Giesstübeli, Nähe Sihl-Hochstrasse, ☑ vorhanden, Tel. 01-287 23 10, MO-FR 09.00-18.33, DO: bis 20.30, SA: 08.00-16.00 Uhr. City-Filiale: Elfeherweg 5, 8001 Zürich, beim Paracplatz, ☑ Escherwiese, nur 200 m, Parkgebühren werden vergütet, Tel. 01-287 23 41, Fax 01-21 69 57, MO-FR: 09.00-20.00, SA: 08.00 16.00 Uhr.



de Sede

Unsere neugestaltete Ausstellung präsentiert sämtliche Modelle der innovativen, international begehrten Designermarke. Gepflegte Sitzgelegenheiten für höchste Ansprüche. Verleihen Sie Ihrem Wohnbereich eine ganz persönliche Note.

de Sede zeichnet sich aus durch edelste, naturbelassene, strapazierfähige Leder, hervorragende Verarbeitung und optimalen Sitzkomfort. Ob zeitlos klassisch, modern oder avantgardistisch, jedes Modell wird mit Materialien bester Qualität und viel Liebe zum Detail von Hand gefertigt.

Besuchen Sie uns. Tasten Sie die Art des Sitzens mit de Sede.

erra/bera