

TRAINING IN DER ERSTEN REIHE: COOL ODER STREBERTUM?

Pro



Claudio Zemp

40 Jahre, Sportminimalist, findet Stilnoten wichtiger als die Weite und will trotzdem immer überall zuvorderst sein. Sein Kampfgeist ist filigran.

Für mich gibt es nur die erste Reihe. Zuvorderst hat man freie Sicht und ist so hautnah an der Trainerin dran wie sonst nur in den Träumen. Man fühlt sich wie im Privattraining. Natürlich turnen in der ersten Reihe nur die Besten, die Schönsten, die Stärksten! Dort will ich dabei sein, immer! Leider muss man sich den Platz oft genug mühsam erarbeiten. Tja, es gibt nichts gratis. Notfalls setze ich meine Ellbogen ein und checke mir höflich eine Lücke frei. Die Hackordnung ist ja nicht in Stein gemeisselt. Gratistipp: Man muss nur rechtzeitig da sein, vor allen andern.

Gut, in meinem Übereifer bin ich schon auf die Nase gefallen. «What are you doing here?!», fragte mich vor Jahren mal der Coach im Basketballtraining. Er tat dies von oben herab, er war ja auch zwei Köpfe grösser. Prompt schickte er mich zu den Ersatzjungs auf dem Nebenplatz zum Körbwerfen. Eine demütigende Schlappe. Aber ätsch, beim nächsten Mal fehlten ein paar Spieler, also konnte ich wieder mitspielen. Dann ist es mir doch verleidet. Ohne Stammplatz ist Sport nur halbspassig.

Auch im Fussball steht ein Goldfuss wie ich nur im gegnerischen Torraum. Wie der spanische Stürmer Emilio Butragueño, genannt «el buitre», der Geier. Er war an der WM 1986 in Mexiko mein Held. Spanien hatte damals fussballerisch nicht viel mehr zu bieten. Aber man konnte ganze Spiele lang auf Bälle lauern. Ein Spurt im richtigen Moment reichte für den entscheidenden Treffer und ewigen Ruhm. Heute ist mir Fitness viel zu kompetitiv, deshalb lasse ich das ganz aus. Ausser Zumba, zweimal im Jahr, stets einen Schritt vor allen anderen. Der Rest auf den billigen Plätzen darf ruhig zusehen, wie ulkig meine Glieder zucken.

Kontra



Thomas Borowski

49 Jahre, Sportler der hinteren Reihe, der gerne den Überblick und trotzdem den höheren Lernfaktor hat – und der Streber noch nie mochte.

Die Umjedenpreisnachvornedrängler und die Ichwillunbedingt-zuvorderstsein sind Spezies, die im Grunde genommen nichts dafür können. Vermutlich haben sie ihr Verhalten nicht nur im Genom, sondern zusätzlich auch mit der Muttermilch eingeflösst bekommen. Für sie scheint zu gelten: Nur wer stets zuvorderst ist und als Erster in der Reihe steht, bekommt alles mit, wird am zuvorkommendsten bedient, hat alles aus erster Hand. Genauso kommen mir die Erstreihensportlerinnen und -sportler vor, die es in jeder geleiteten Trainingslektion gibt. Was früher bereits in der Schule und in der Uni-Vorlesung gehörig nervte, geht mir heute auch im Sport auf den Sack. Frontrow gymnastics sucks!

Ich bin gegen das Drängeln um das Vorturnerpodest, so was von kontra die Gewohnheit, als Schatten der Instruktorin die Lektion zu absolvieren und dabei ihre Schweisstropfen zu sammeln. Wer nur zuvorderst steht, der möchte doch im Grunde genommen keine Gruppen-, sondern eine Einzellektion absolvieren, möchte alles ausblenden und nur sein narzistisches Soloprogramm absolvieren. Da lob ich mir doch den Sport in der hinteren Reihe. Hier spielt die Musik genau so laut wie zuvorderst, doch der Klang ist deutlich besser. Denn im Gegensatz zur Frontrow habe ich hier das Feld im Blick, spüre die Bewegungen der anderen, bin ich Teil des Kollektivs und sage innerlich ja zum Massensport. Ein weiterer Vorteil: Je weiter hinten, desto besser bekomme ich mit, ob ich eine Übung richtig oder falsch ausführe. Ich habe sowohl den Instruktor als auch die Mittturner im Auge = Lernfaktor hoch 3! Und ganz ehrlich, das Nonplusultra der letzten Reihe: Geht hier die Energiereserve zur Neige, gönne ich mir unbemerkt auch mal ein verdientes Pauslein.