

Leseprobe aus:

**Wigald Boning**

## **Bekenntnisse eines Nachtsportlers**



Mehr Informationen zum Buch finden Sie [hier](#).

**29** September 2000. Familienbesuch in Niedersachsen. Ich sitze im Wohnzimmer meiner Schwägerin, in einem Kuhkaff in der Nähe von Hannover. Mit glasigen Augen blicke ich in den Fernsehkasten. Olympische Spiele in Sydney. Heike Drechsler gewinnt Gold im Weitsprung. Aua, mein Kopf. Auf dem «Expo»-Gelände habe ich am Abend zuvor die «VIVA-Komet-Verleihung» besucht, mit anschließendem Hochdie-Tassen in einem der obskuren Pavillons, mit lustigen Hiphop-Hallodris, stark geschminkten Starlets und 1000 Litern Bier. Jetzt brummt mein Schädel.

Im fernen Australien steht Heike Drechsler derweil gerührt auf dem Podest. Die Nationalhymne dudelt im Hintergrund. Mir ist ein bisschen schlecht. Durchs Fenster scheint die Spätsommersonne auf meinen Bauch, über dem sich mein pfefferminzfarbened Polyesterhemd bedenklich spannt. Brummend landet eine kapitale Stubenfliege über meinem Nabel. Ich schaue taxierend an mir herunter. Nein, dick bin ich nicht. Ein Ralf-Möller-Modell jedoch auch nicht gerade. Ich bin ein verkaterter Durchschnittsmann Anfang dreißig, dessen körperliche Spannkraft seit seiner Jugend unauffällig, aber kontinuierlich nachgelassen hat. Sympathisch, aber mit ausgeprägtem Appetit und darum subtil verspeckt. Alles pupnormal also.

«Hm. Gold. Alle Achtung. Die Drechsler ist fast so alt wie ich», murmele ich vor mich hin und denke dabei an das frühe Ende meiner Karriere als Nachwuchs-Leichtathlet. Wie war das doch gleich, damals, 1982 ...

Rückblende. Ich bin 15, «zweites Jahr Schüler A», wie der Funktionär zu sagen pflegt, und trete an einem Sonntagmorgen bei den niedersächsischen Landesmeisterschaften im Diskuswurf an.

Oldenburg, Marschwegstadion. Ich trotte nervös auf und ab, krame in meiner roten «Adidas»-Sporttasche herum, kaue an den Nägeln.

«So, jetzt geht's los!» Peter Maurer, mein Trainer, reckt seinen Daumen empor und lächelt mir aufmunternd zu. Ich schlucke trocken und ergreife meinen Diskus. Dann betrete ich die maschen-drahtumbaute Abwurfanlage. Zweimal schwingen ich die Ein-Kilo-Scheibe vor und zurück ... versinke ganz in Konzentration ... bringe das Rundstück hinter meinem Rücken bis zum äußersten erdehnbaren Punkt seitlich unterhalb des linken Schulterblatts ... atme kurz und entschlossen ein ... schwingen mit äußerster Beschleunigung gegen den Uhrzeigersinn ... drehe mich rrrasant in die vordere Hälfte des Abwurfringes, recke das Kinn empor, bringe die rechte Schulter nach vorne und ... sssssschleudere das Sportgerät in den Luftraum.

Kein ganz schlechter Wurf. Knappe dreißig Meter, also immerhin fast die Qualifikationsweite. Leider landet das Flugobjekt ein My außerhalb der trichterförmigen Markierung, und somit ist mein erster Versuch dummerweise ungültig. Nun ja, kann passieren. Kein Drama.

«Das geht noch besser!», lächelt mir mein Trainer zu, den wir alle schlicht «Peter» nennen dürfen und der bei uns jugendlichen Nachwuchslleichtathleten im Süden Oldenburgs enormes Ansehen genießt. Peter ist kompetent, sympathisch, sieht verteu-felt gut aus und stand wohl auch mal im Endlauf der Deutschen Meisterschaften über 110 m Hürden. Ich nicke meinem Mentor zu und gehe ein paar Schritte auf der damals noch nigelnagelneuen Tartanbahn auf und ab.

Ein wuchtiger Ostfriesen ist dran. Er schnaubt kurz wie ein

Brauereipferd und pfeffert den Diskus fast bis zum Mittelkreis. Alle klatschen.

Dann kommt der Favorit, ein Musterathlet aus Osnabrück; ein olympionischer 15-Jähriger im Körper eines Mittzwanzigers mit stupender Motorik.

Drehung-Abwurf-Flug. Holla-die-Waldfee, noch ein Stück weiter als der Friesen-Flieger; das ist die Führung.

Keine Ahnung, warum ich in diesem Sommer ausgerechnet den Diskus zum Dreh- und Angelpunkt meiner Nachmittage gemacht hatte. Wahrscheinlich weil es mir gefiel, dass man auf diese Weise als «Spezialist» galt, als originelle Type. Außerdem war ich zwar durchaus ein Bewegungstalent, aber keinesfalls körperlich hochbegabt. Somit landete ich bei den meisten Sportfesten im Mittelfeld, egal in welcher Disziplin, was einem aknegepeinigten Jüngling mit kruden Weltmeisterschafts-Phantasien naturgemäß nicht die ersehnte Bestätigung bereitet. Beim Diskuswurf jedoch gab (und gibt) es unter Schülern kaum Konkurrenz. Ist so ähnlich wie in der Musik: Wer unbedingt in einem Orchester mitspielen möchte, sollte Fagott lernen, da gibt es kaum Mitbewerber. Der Diskuswurf ist sozusagen das Fagottspiel unter den Leibesübungen.

Nun bin ich wieder an der Reihe. Also. Ruhig Blut. Ich zupfe mein rotes Leibchen mit dem schwarzen DSC-Adler zurecht, positioniere mich mittig im Ring, sauge bedächtig Luft in meine Lungen, schwinde vor, schwinde zurück, drehe mich, bringe den rechten Arm auf den Weg nach vorne, setze aber den rechten Fuß gleichzeitig etwas zu weit über die Achse, sodass sich meine Beine gleichsam überkreuzen, was wiederum zu einer, äh, Hyperverwringung der Körperlängsachse führt. Um nicht seitwärts umzukippen, verlangsame ich nun die Drehung, nehme die rechte Schulter bewusst nach oben, was mir für einen Moment das Aussehen einer Kreuzung aus «Glöckner von Notre Dame» und Rodin'schem «Denker» verleiht, konzentriere mich gleichzeitig

darauf, die durch den ungelenken Bremsvorgang der Rumpfbewegung verlorene Bewegungsenergie durch einen um so entschlosseneren Armkrafteinsatz auszugleichen und ... trete über.

Ähem. Zweiter Fehlversuch. Der Ostfrieze grinst. Peter eilt herbei.

«Alles halb so wild. Ihr seid ja nur zu sechst. Um in den Endkampf zu kommen, brauchst du lediglich einen einzigen gültigen Versuch. Gleich machst du einfach einen Sicherheitswurf. Ganz entspannt, wie im Training. Im Finale sehen wir dann weiter.»

Der Ostfriesen-Hengst und der Ochse aus Osnabrück liefern sich einen spannenden Zweikampf. Die Zuschauer sind hingeknallt. Ich nicht. Ich versuche, mich innerlich zu disziplinieren. Von Sterbenden behauptet man ja, ihr Leben ziehe kurz vor dem endgültigen Feierabend in geraffter Form an ihnen vorüber, und so ähnlich ergeht es nun auch mir: Ein brötchenblonder Junge vor einem Reihenhauses hinter der Umgehungsstraße. Kinderturnen, rote Schultüte, Klavierunterricht. Papa Bankkaufmann, Mama Hausfrau. Fußball auf Garagentore. Grünkohl und Pinkel. Playmobil. Judo. Gelbgurtprüfung. Ottoplatten, Angelschein. Erste Brille mit 11. Abba, Dalli-Dalli, Bonanzarad. Sonntags bei den Vettern in Wildeshausen. Omas gedeckter Apfelkuchen. Dann: Handball, Orientierungsstufe, Fischerhemd. Schulzentrum Kreyenbrück. Die Achselhaare sprießen. Ich trage «Stoppt Strauß!»-Sticker, desodoriere mich mit braunem Bac-Stift, fahre Hollandrads, am Müllwerk vorbei, zur Klingenbergstraße, an der sich die DSC-Sportanlage befindet. Querflöte. Schulausflug. Am Lagerfeuer läuft «Police» und «Deine blauen Augen machen mich so sentimental». Noch kein Geknutsche, aber fast. Dafür Training, dreimal die Woche. Auf der Nase wachsen Pickel.

So, es ist wieder so weit. Hüstel, hüstel. Schwung vor, Schwung zurück, nochmal, eindreuen, Konzentration, Arm nach hinten, Drehung, Abwurf, und ... kracks. Ungültig. Scheiße.

Die Drehung war zu kurz. Der Diskus verlässt daher gar nicht erst den Abwurfbereich, sondern trudelt einen Moment lang wie eine besoffene Turteltaube durch die Sommerluft, um kurz darauf krachend in jenem Maschendraht zu landen, der seit- und rückwärts die geneigten Zuschauer vor Totalversagern schützen soll. Vor Totalversagern wie mir. Mist. Der Ostfrieser lacht, der Ochse schüttelt den Kopf. Ich schleiche auf wackeligen Beinen zu meinem Trainer und ringe nach Erklärungen.

«Die anderen sind mir nun aber auch so was von überlegen, allein schon vom Körperbau her, gegen die kann ich ja keine Chance haben!»

Peter nickt mitleidig. Man sieht, wie er nach einer Formulierung sucht, die mich tröstet und gleichzeitig realistisch ist. Ihm fällt keine ein.

«Tschüs. Ich komm nicht mehr zum Training. Brauche eh mehr Zeit zum Querflöteüben. Schönen Sonntag noch.» Ich packe mein Trikot in die Tasche und trete ab. Mein Trainer blickt mir stumm hinterher.

Große Niederlagen haben oft erstaunliche Folgen; ich z. B. widmete mich von diesem Tag an mit erschütternder Vehemenz der Musik. Wie ein Besessener jagte ich nach knapper Erledigung meiner Hausaufgaben Tonleitern auf Querflöte und Saxophon rauf und runter, meist in der heimischen Kleinsauna, um die Lärmbelästigung der Nachbarn in Grenzen zu halten. Noch im Herbst desselben Jahres traf ich Lars Rudolph, damals Student an der Oldenburger Uni, heute begnadeter Schauspieler in Filmen wie «Siebtelbauer», «Fette Welt» oder «Der Wixxer». Lars beeinflusste mein junges Leben enorm. Wir gründeten die Free Jazz/Rock/New Wave-Kapelle «KIXX», unternahmen Tourneen durch halb Europa und versuchten, so hip und cool wie irgend möglich durchs Leben zu gleiten. Sport spielte da keine Rolle mehr. Die körperlichen Exzesse fanden auf anderer Ebene statt. Kippen,

Bier und Pappnpizza. Und das Knutschen entdeckte ich jetzt auch.

Mit Anfang zwanzig tauchte ich dann immer häufiger im Fernsehen auf, lernte Olli Dittrich und Hugo Egon Balder kennen, und der Rest ist ja im Großen und Ganzen bekannt. Doch halt!

Um die nun unmittelbar bevorstehende Fundamentalwendung in meinem Leben wirklich werten zu können, sollte man noch Folgendes wissen: In den 18 Jahren nach meinem Wurf-Waterloo hatte es mindestens einmal pro Sommer einen Versuch gegeben, meinen käsigen Leib zu ertüchtigen. Meistens per Jogging. Da aber der Tag nach diesen Ertüchtigungsversuchen stets von kräftigem Muskelkater verunziert wurde, hatte sich die Sache normalerweise rasch erledigt. Kennt ja jeder, diesen frustrierenden Aktionismus. In einem ganz speziellen Sommer, es mag 1991 gewesen sein, habe ich sogar mal fast eine Woche tägliches Training durchgehalten und zusätzlich sogar – Trommelwirbel – das Rauchen eingeschränkt! Dann war ich auf einer lustigen Party, und ... – nun ja, Sie wissen schon. Was Sie noch wissen sollten: Wandern, vor allem im Gebirge, das hat mir immer Spaß gemacht. Unterm Gipfelkreuz übernachten! Schööön! Ich habe aber immer vermieden, diese Freizeitbeschäftigung als «Sport» zu deklarieren. Hochgebirge, das hatte mit Abenteuer zu tun, mit Wildheit, mit dem Ende der Zivilisation. Fand ich immer schick. Kam ich nur leider nie zu. Sie wissen schon, die harte Arbeit beim Fernsehen, der ständige Stress, die vielen wichtigen Termine, blablabla. Ist klar. Oder doch nicht?

Jetzt sitze ich hier also, im September 2000, mit klopfendem Kopf bei meiner Schwägerin vor der Glotze. Heike Drechsler. Guck an: Gold in Sydney. Soso.

«Ich kann's ja mal wieder probieren», raune ich mir zu, «offenbar bin ich ja noch in einem Alter, in dem man zu sportlichen Leistungen fähig ist.»

Dann schalte ich den Fernseher aus und gehe grübelnd zu meiner Verwandtschaft, die bei lauem Spätsommerlicht auf der Terrasse kaffeisiert. Ich setze mich dazu und verfolge teilnahmslos die Konversation. Wie schaffe ich es, dass mir nicht wieder nach zwei Tagen die Lust abhanden kommt? Kann ich systematisch vorgehen, um möglichst schnell so fit wie Heike Drechsler zu werden? Muss ich jetzt auf der Stelle das Rauchen aufgeben, um überhaupt Sport treiben zu können? (das wäre nämlich Mist), so lauten die Fragen, die mich an diesem Nachmittag bewegen. Antworten finde ich vorerst keine.

Ein Stündchen später verabschieden sich meine Freundin Ines und ich, um im Auto nach Oldenburg zu fahren. Dort wohnen meine Eltern, die sich während unseres Ausflugs nach Hannover um unsere beiden Söhne gekümmert haben. Blondgelockte Zwillinge namens Cyprian und Leander, zu diesem Zeitpunkt zweieinhalb Jahre alt. Ines sitzt am Steuer.

«Du kannst ruhig zügig fahren, ich will mir nämlich in Oldenburg unbedingt noch ein Paar Sportschuhe kaufen», bescheide ich meine Freundin.

«Wieso das denn? Seit wann findest du Sportschuhe schick?»

«Ich will heute Abend noch joggen gehen.»

«Könnte knapp werden. Du hast doch morgen frei. Warum joggst du nicht morgen?»

«Nix da. Ich will heute!»

Ines kennt mich gut. Und ich kenne sie. Sie sagt nichts, aber was sie denkt, kann ich mir ungefähr ausmalen: «Oha, jetzt kriegt er wieder seinen jährlichen sportlichen Rappel. War wohl etwas zu heftig gestern, und nun hat er ein schlechtes Gewissen. Soll er doch laufen. Hat sich morgen eh wieder erledigt.» Ich versuche, diese unausgesprochene Demotivation an mir abperlen zu lassen, und gehe im Kopf meinen Sportschuhphantasien nach.

In Höhe Vogelpark Walsrode geraten wir in einen Stau. Igitt. Auf der Autobahn in einem Kfz eingesperrt zu sein, das habe ich



schon immer gehasst. Ich schimpfe wie ein Rohrspatz und verfluche Carl Benz und seine benzinbesoffene Jüngerschaft. Geiselnahme unter dem Deckmantel des «Individualverkehrs», darum handelt es sich hier! Von wegen, «Freie Fahrt für freie Bürger». Ein Kerker auf Pneus, das ist das Automobil, die schlimmste Landplage seit Abschaffung der heiligen Inquisition! Ein rußgeschwärtzter, stinkender Schandfleck auf dem Tableau der menschlichen Vernunft! 4-Takt-Terroristen im Brummbrumm-Delirium!! Völker der Welt, schaut auf diesen Stau!!!

Ich steigere mich in einen wahren Rederausch, belege den Bundesverkehrsminister mit den ungehobeltesten Beleidigungen und drohe an, auszusteigen und die 100 Restkilometer zu Fuß zurückzulegen, sollte sich dieser Scheißstau nicht umgehend auflösen.

Ines bekommt langsam schlechte Laune, aber nicht wegen der Verkehrsbehinderung, sondern wegen meines rabiatt-rüden Grolls.

«Dann steig doch aus und lauf, wenn du meinst, dass du das schaffst ...»

Interessante Überlegung. Kann man überhaupt 100 Kilometer am Stück laufen? Klar, Wehrmachtssoldaten auf der Flucht aus sibirischen Kriegsgefangenenlagern, gehetzt von ausgehungerten Wölfen, außerdem Reinhold Messner, wenn er Geld braucht, und irgendwelche arbeitslosen Profilneurotiker, um ins Fernsehen zu kommen – aber normale Leute? Da fällt mir ein, dass am Schwarzen Brett der Turnhalle, in der wir Jugendlichen vom DSC unser Wintertraining absolvierten, mal ein fotokopiertes DIN-A4-Blatt hing:

«EINLADUNG ZUM STRASSENLAUF 50/100 km»

Wir Halbstarken hatten den Zettel mit einem gewissen ungläubigen Staunen gelesen und uns wieder kopfschüttelnd unseren

Sprints, Sit-ups und was-weiß-ich zugewandt, ohne weiter über diese uns doch recht obskur erscheinende Veranstaltung nachzudenken. Es scheint also doch möglich zu sein.

Nach einer Weile gerät der Verkehr wieder ins Rollen, und wir erreichen kurz-vor-knapp Oldenburg. Am nächstbesten Sportgeschäft springe ich aus dem Auto und betrete hurtig den Laden. Der Besitzer will gerade die Tür zusperren. Ladenschluss. In Anbetracht der Zeitnot verzichte ich auf jede Form von Beratung, ergreife das nächstbeste Paar No-Name-Turnschuhe vom Restestapel, zahle 19,90 DM und bin wieder weg. Siehste, geht doch. Somit ist das Wichtigste schon mal erledigt. Jetzt ab nach Hause zu meinen Eltern, rein in die Galoschen, und dann: hüh, Liesel.

Meine Erzeuger wohnen in Kreyenbrück, im Süden der Huntemetropole, ganz in der Nähe der Müllkompostierungsanlage, die ich schon als 15-Jähriger jeden Mittwochabend laufend umrundete. Diese Route war damals nämlich eine der Standard-Trainingsrunden des DSC. In dieser Gegend riecht es naturgemäß zwar etwas müllig, aber dafür ist der Weg autofrei. Länge: drei Komma irgendwas Kilometer. Ich ziehe mir ein ausgeleiertes Baumwoll-T-Shirt mit dem aus heutiger Sicht zugegebenermaßen etwas lahmen Hemdenwitz «Bier formte diesen wunderschönen Körper» an und stecke meine Mauken in die frischen Schuhe. Auweia, sind die klein. Dafür waren sie billig. Ich leihe mir ferner eine von Pappas hässlichen Bermudashorts sowie ein ulkiges Sommerhütchen. Und los. Die Strecke verläuft auf einem gepflasterten Radweg, daneben ein von Enten bewohnter Graben, hinter dem der wild zugewucherte Müllberg vor sich hin stinkt. Linker Hand blickt man auf das typische Oldenburger Vorstadt-Einerlei, eine Mischung aus flachen Wohngebäuden, Laubengepiepe und Spielothek.

Triptrap springe ich vorwärts, meine Lunge rasselt, und die Schenkel werden rot wie die Sonne, die hinter der möwenumsegelten Deponie versinkt; noch ist es warm, und schnell schwitze ich wie ein Muli im Skianzug. Nach der Hälfte der Strecke werde

ich von einem weitaus geübteren Laufsportler überholt. Hossa. Na warte. Ich schnappe kurz nach Luft und klemme mich an seine Fersen. Zwei Laternenmastlängen gelingt es mir, in seiner Nähe zu bleiben, dann gebe ich milchsäuregeschwängert und von Hustenanfällen gepeinigt auf und laufe den Rest mit halber Geschwindigkeit. Immerhin: Ich kann die sich aufdrängende Gehpause vermeiden und komme nach knappen 25 Minuten wieder vor dem Haus meiner Eltern an. Geschafft. Zum Abendessen gibt es Pfannkuchen und Bier. Prost!

Am nächsten Tag frühstücke ich opulent («Darf ich jetzt ja!»), werfe mich danach sofort wieder in meine Montur und umrunde das Müllwerk gleich zweimal! Den leichten Muskelkater ignoriere ich heroisch, und auch die zunehmenden Unlustgefühle auf der zweiten Runde kontere ich mit einem scharfen Zähnezusammenbiss. Zwei Runden! Das ist gegenüber gestern eine Steigerung von unerhörten 100 %. Sagenhaft! Wenn ich diesen Verdopplungsmodus durchhalte, so errechne ich verblüfft, bringe ich Ende der Woche runde 100 Kilometer hinter mich. Und in neun Tagen kann ich von Oldenburg aus ins Allgäu laufen, da wohne ich nämlich. Super Trainingsplan. So wird's gemacht.

Den Rest des Tages verbringe ich bei meinen Eltern auf dem Sofa, bleichgesichtig, aber zufrieden. Schließe ich die Augen, setzt sich eine brodelnde Gedankensuppe in Bewegung, wobei mir das Ergebnis dieses Kochvorgangs noch völlig unklar ist. Dann schlafe ich ein.

Eine Müllkompostierungsanlage. Dahinter: das Olympiastadion in Sydney. Ich stehe auf einem Siegerpodest. Ein dicker Funktionär in wasserblauem Zweireiher mit dem Gesichtsausdruck des späten Erich Honecker hängt mir eine Goldmedaille um, groß wie ein Pfannkuchen. Am Fahnenmast wird ein T-Shirt gehisst, darauf steht: «Bier formte diesen wunderschönen Körper.» Die Hymnen erklingen. Ich heule wie ein Schlosshund. Das Stadion ist bis auf