

# «Ich will mich einfach immer steigern»

**Martin Siegrist** Der Downhill-Skateboarder aus Liestal tut sich schwer mit Leuten, die ihm die Freude missgönnen

«Ich mache gerne spezielle Sachen, ich muss nicht dasselbe tun wie alle anderen.» Der 27-jährige Rollbrettfahrer Martin Siegrist, dreifacher Downhill-Weltmeister, grenzt sich bewusst von Aktiven ab, die so genannt «normalen» Sport betreiben.

SIMONTSCHOPF

Martin Siegrist, Sie flitzen auf Ihrem Rollbrett mit teils über 100 Stundenkilometern die Strassen hinunter. Ist dieses Risiko kalkulierbar?

**Martin Siegrist:** Ich denke ganz klar, dass es kalkulierbar ist. Zumindest darf ich behaupten, dass ich gutes Material habe und körperlich fit bin. Ich kann meine Fähigkeiten gut einschätzen. Die Strassen, die ich runterfahre, fahre ich generell zuvor mit dem Auto bergauf ab. Dann kann ich mich auf allfällige Schwierigkeiten einstellen.

Sie sagen, Sie seien fit. Welche Kriterien sind denn massgebend, um das Risiko in «Ihrer» Sportart einzudämmen?

**Siegrist:** Ein Downhill-Skateboarder muss über starke Beine und eine gute Ausdauer verfügen, damit er während eines gewissen Zeitraums die Spannung aufrechterhalten kann. Wenn er einfach so locker auf dem Brett steht und schnell fahren will, funktioniert es nicht. Die Kraftübertragung muss stimmen.

Auf dem Rollbrett sind Sie in gebeugter Haltung.

**Siegrist:** Man befindet sich in einer Hocke, ähnlich wie im Skifahren, ausser dass die Füsse hintereinander sind. Diese Position ist sehr anstrengend. Während eines Rennens muss der Fahrer angespannt sein und alles geben. Je nach dem kann er schon ein bisschen entspannter fahren.

«Teils kann man sich vor einem Sturz noch retten, oder es lohnt sich gar nicht, den Sturz zu vermeiden»

Sind Sie aber schon einmal gestürzt?

**Siegrist:** Ja, schon zwei-, dreimal. Letztes Mal an den Weltmeisterschaften im Juli in Österreich an einem Showlauf nach dem Rennen.

Bei diesen hohen Tempi kann es gravierende Verletzungen geben.

**Siegrist:** Das kann sehr schlimm ausgehen. Ich hatte bis jetzt Glück, dass ich nie einen verheerenden Unfall gehabt hatte. Dies hängt natürlich auch damit zusammen, dass ich mich stets entsprechend vorbereite und die körperliche Verfassung und das Material stimmen. So kann man das Sturzrisiko herabschrauben. Entscheidend ist auch, wie viel man jeweils riskiert. Dann ist die Gefahr eines Sturzes unterschiedlich gross. Du kannst mit vollem Tempo in eine Kurve fahren, dann stürzest du garantiert. Wenn du andererseits lieber einmal zu viel bremsst und so einen Unfall vermeiden und das ganze Rennen fahren kannst, hast du häufig mehr davon.

Spielt das Verhalten des Fahrers, wenn er einem Sturz nicht mehr entrinnen kann, eine grosse Rolle?

**Siegrist:** Es kommt ganz auf die Situation an; teils kann man sich vor einem Sturz noch retten, oder es lohnt sich gar nicht, den Sturz zu vermeiden. Dann fällst du halt.

Rollen Sie sich dann ab?

**Siegrist:** Nein, generell versuche ich zu rutschen – wie ich gerade fliege. Je mehr du dich abrollst, desto grösser ist die Gefahr von Knochenbrüchen. Rotation ist gefährlich. Einmal während eines Überholmanövers in Südafrika knallte der Fahrer, den ich soeben überholt hatte, von hinten in mich hinein. Wir waren Rad an Rad. Ähnlich wie bei Formel-1-Boliden stehen die Räder bei Skateboards seitlich vor. Das Rollbrett meines Konkurrenten gelangte vor das Hinterrad meines Boards. Die

Roller blockierten sich sofort, und wir beide flogen geradeaus nach vorn. Dann heisst: Hände nach vorn und einfach rutschen.

Sie waren früher Sportkletterer. Vor ein paar Jahren haben Sie Ihre Herausforderung in der Abfahrt auf dem Skateboard gefunden. Wie kam es dazu?

**Siegrist:** Schon vor etwa zehn Jahren fing ich an, das Skateboard als Transportmittel zu gebrauchen. Im Fernsehen sah ich Downhill-Rennen in Amerika. Dann begann ich selber, hier in Liestal alle möglichen Strassen hinunter zu fahren. Ich wohne gegen Seltisberg zu, und ich habe von dort einfach runterfahren wollen. Weshalb laufen, wenn du das mit dem Rollbrett machen kannst?, dachte ich mir.

Suchen Sie stets den ultimativen Kick?

**Siegrist:** «Kick» ist sowieso schon von Anfang an das falsche Wort. Ich finde, es hat einen wahnsinnig negativen Touch. Es geht um ein Gefühl, das du hast vom Bergabfahren. Für einen Kick musst du nichts leisten: Du kannst an einem Gummiseil aus der Gondel hüpfen, vom Sprungturm ins Wasser springen, an einem Fallschirm einen Tandemsprung machen oder sonst was Blödes. Dafür brauchts kein spezielles Know-how und kein besonderes Training. Ich jedoch arbeite auf etwas hin und versuche, immer schneller zu werden. Für mich bedeutet das: Wenn ich mit 95 Stundenkilometern eine Strasse hinunterfahre, auf der ich

«Das Gefühl beim Bergabfahren, das Tempo, die ganze Balance: All das ist eine sehr intensive Sache»

schon über 100 drauf gehabt habe, dann will ich das natürlich wieder erreichen oder sogar übertreffen – 102, 103, 104, 105. Ich will mich einfach immer steigern. Das Gefühl beim Bergabfahren, das Tempo, die ganze Balance: All das ist eine sehr intensive Sache. Auch eines meiner Ziele ist, sauber eine Strasse hinunterzukommen. Wenn du merkst, dass dir eine Kurvenfahrt total missglückt, völlig verrutscht ist, dann machst du es entweder gleich nochmals oder du gehst nach Hause und probierst es am nächsten Tag wieder. Dies ist ein Weg zur Perfektion. Es gibt immer noch sehr viel zu verbessern.

Können Sie mit so genannt «normalen» Sportarten wie Fussball, Leichtathletik oder Radfahren etwas anfangen?

**Siegrist:** Nein, gar nicht. Solch normales Zeug interessiert mich gar nicht. Ich mache gerne spezielle Sachen, ich muss nicht dasselbe tun wie alle anderen.

Was erwidern Sie jemandem, der Sie als Spinner bezeichnet?

**Siegrist:** Wenn mir jemand sagt, ich sei ein Spinner, habe ich kein Problem damit. Ich habe mehr ein Problem, wenn mich jemand als lebensmüde betrachtet. Da muss ich mich dann schon wehren. Denn was ich tue, ist das pure Gegenteil; es ist Lebensfreude! Ich mache wenigstens etwas. Ganz im Gegenteil zu denen, die am Abend regelmässig Bier trinken und das Gefühl haben, so ihre Probleme zu beseitigen und danach vor den Fernseher sitzen und später Kopfwahl haben. Davon hast du überhaupt nichts. Ich gehe hinaus, ich fahre Rollbrett, Mountainbike und klettere oder was auch immer. Ich lebe mein Leben – in diese Richtung, wo es mich hintreibt.

Sie sind in der Region offenbar schon mit der Polizei in Konflikt gekommen. Was war geschehen?

**Siegrist:** Im Kanton Baselland hatte ich bis jetzt noch nie Probleme. Das war am Gempfen nach Dornach hinunter; es ist mein Hausberg, das ist die Strecke, auf der ich gross geworden bin und alles gelernt habe, wie man Skateboard fahren muss. Der Gempfen ist eine Weltklassestrecke. Klar, die Polizei hat da nicht unbedingt Freude daran. Es folgte eine Anzeige; ich focht sie an. Doch der Richter fand trotzdem, dass es für Sport, wie ich ihn betreibe, auf dieser Strasse zu starken Verkehr habe. Was für mich eine Busse nach sich zog.

Und jetzt trainieren Sie auf anderen Strassenabschnitten?

**Siegrist:** Ja. Im Jura, im Schwarzwald oder in den Alpen. Aber es gibt überall Probleme. Was willst du machen? Ich stelle mein Rollbrett sicher nicht einfach in eine Ecke, wenns Probleme gibt. Es ist traurig, dass immer wieder Leute einem die Suppe versalzen. Sie mögen einem diese Freude nicht gönnen. Und es gibt sehr viele von diesen Menschen, die irgendwo hinter dem Vorhang sitzen und sobald ein Skater vorbeifährt reklamieren und die Polizei anrufen. Genau diese missgünstigen Leute verschliessen bei anderen Sachen die Augen. Sicher ist mein Verhalten rebellisch. Auch ist mir bewusst, dass ich so die nächste Anzeige riskiere. Aber ich bin einfach nicht mit allem einverstanden. Ich fahre ja nicht auf Strassen, wenns Stossverkehr hat. Es gibt Abschnitte, die sind für mich das ganze Jahr tabu. Wenn du um 2 Uhr in der Früh aufstehst und bei Sonnenaufgang einen Pass runterfährst, interessiert das doch niemanden. Da gefährdest du ja nur dich selber.

Downhill-Skateboards sind länger als solche, die man bei uns im Alltag sieht. Haben solche Rollbretter noch andere Besonderheiten?

**Siegrist:** Es kommt ganz darauf an. Es gibt relativ normale Bretter aus Sperrholz wie andere auch. Mein Board besteht aus einem Schaumkern, ummantelt mit Karbon in verschiedenen Winkeln, um eine gewisse Steifigkeit zu erhalten und die Torsion zu vermindern. Mein Rollbrett ist einen Meter lang und sehr leicht. Es hat vier Rollen. Die Achsen sind CNC-gefräst und sehr präzise. Zwischen den einzelnen Teilen hat es fast keinen Spielraum. Diese technischen Genauigkeiten erlauben mir, viel sauberer und auch sicherer zu fahren. Auf jede kleinste Bewegung reagiert das Board. Es ist wie ein Vergleich zwischen einem normalen Auto und einem Rennauto, das auch schwieriger zu handhaben ist.

Wie sieht Ihre übrige Ausrüstung aus?

**Siegrist:** Man muss gutes, aerodynamisches Material haben, eine gute Schutzausrüstung: ein Kombi mit Frontprotektoren und Rückenpanzer. Letzteres haben zwar nicht alle, aber ich schütze mich, so gut es geht. Weiter benötigt man einen Helm mit Visier, Handschuhe sowie Schuhe mit speziellen Gummisohlen, mit denen man gut bremsen kann.

Sie wurden letzten Monat nach 2004 und 2006 in Österreich zum dritten Mal Skateboard-Weltmeister im Downhill. Welches war für Sie der bisher schönste WM-Titel?

**Siegrist:** Der aus dem Vorjahr. Die Strecke war äusserst anspruchsvoll und extrem technisch – wie eine richtige Schweizer Bergstrasse. Es war im 2006 für mich ein sehr sauberes Rennen; andere Fahrer hatten gelitten. Wenn vier Rollbrettfahrer gleichzeitig auf einer Strasse unterwegs sind, dann knallts halt zwischendurch. Aber an den diesjährigen WM lief nicht alles so fair ab, wie man sich das wünscht. Und ich habe das Gefühl gehabt, dass mir viele diesen Titel nicht unbedingt gegönnt haben. Es war ein komisches Gefühl heuer.

«Es sind immer mehr Athleten, die merken, dass man es als Kiffer und Partyfuchs zu nichts bringt»

Extremsportarten wie Downhill auf dem Rollbrett wählen weit weniger Aktive als konventionelle Sportarten. Wie gross ist gewöhnlich die Beteiligung an internationalen Wettbewerben?

MARTIN SIEGRIST

Geburtsdatum: 19. November 1980

Grösse: 1,72 m

Gewicht: 61 kg

Beruf: Vermessungszeichner, derzeit Industriedesign-Student an der Fachhochschule Nordwestschweiz in Aarau (in zwei Jahren erfolgt der Abschluss des Studiums).

Hobbys: Klettern, Mountainbike, Seiltanz (Slackline).

Die grössten sportlichen Erfolge: WM-Titel 2004, 2006 und 2007; EM-Titel 2005; Sieg am internationalen Rennen 2006 auf dem Col d'Izoard (Fr), wo nächste Woche die Europameisterschaften stattfinden; Schweizer Meister 2003 bis 2005 (danach keine nationalen Titelkämpfe mehr ausgetragen); Spitzengeschwindigkeit 118 Stundenkilometer.

Ziel 2007: An den Europameisterschaften in Frankreich erneut die Goldmedaille gewinnen.

Traum: Noch schneller werden!

**Siegrist:** An den Weltmeisterschaften nahmen etwa 100 Fahrer teil.

Und wie siehts mit der Qualität der Startenden aus?

**Siegrist:** Die Spitze wird breiter. Es sind immer mehr Athleten, die merken, dass man es als Kiffer und Partyfuchs zu nichts bringt. Das hat ein paar Jahre gedauert. Aber mittlerweile haben es viele begriffen, und ich bin nicht mehr der Einzige, der sich vor den Rennen früh schlafen legt. Downhill-Skateboard wird immer mehr zum Spitzensport.

Nächste Woche stehen in Frankreich die EM an. Als Weltmeister müssten Sie eigentlich auch Europameister werden.

**Siegrist:** Das sollte eigentlich klappen. Aber es braucht immer auch einen Haufen Glück, wie an den diesjährigen WM. Wenn die zwei Fahrer, die während des Bremsens vor mir gewesen waren, die perfekte Linie erwischten hätten, dann hätte ich keine Chance mehr gehabt, sie zu überholen. Beide hatten in dieser Phase einen Verrutscher zu verzeichnen, und ich konnte auf der Ideallinie an ihnen vorbeifahren. Auf der EM-Strecke auf dem Col d'Izoard werde ich viel mehr Möglichkeiten haben, um mich von meinen Konkurrenten abzusetzen. Ich bin in den Kurven extrem schnell. Weil ich leicht bin, muss ich erst spät bremsen und kann so sauberer durch die Kurve fahren als ein Fahrer, der schwerer ist als ich. Das erlaubt mir ein höheres Durchschnittstempo.

