

Keiner schleift so filigran wie er

Erfolgstrainer Brett Sutton Seit 15 Jahren ist der Australier der Mastermind hinter den Erfolgen von Nicola Spirig. Wer ist der Mann, den die Olympiasiegerin auch schon als Hassliebe bezeichnet hat?

Monica Schneider, Tokio

Wenn er anfängt zu sprechen, erzählt er, klärt auf, fragt rhetorisch, spricht weiter, analysiert, seziert, will nicht mehr aufhören. Nicht laut, nicht leise, nur schnell und viel. Was war genau die Frage gewesen? Brett Sutton zu folgen ist mehr als ein Triathlon. Der 62-jährige Australier ist der Trainer von Nicola Spirig, er ist der Mastermind hinter ihren Erfolgen.

Aber jetzt gibt es nicht mehr viel zu sagen. Die Arbeit ist gemacht, der Wettkampftag ist da, wenn der Taifun nicht eine Verschiebung erzwingt – um 23.30 Uhr MEZ am Montagabend soll es losgehen. Seit drei Monaten habe Sutton studiert, wie sich die Wetterlagen in Tokio, in Japan, ja im ganzen Fernen Osten entwickeln und verändern, sagt die Athletin. Akribisch halt, auch in diesem Bereich. Schon vor einer Woche habe er angekündigt, es regne am Dienstag, dem Wettkampftag. Natürlich ist man auch auf dieses Szenario vorbereitet. Wo sind die gefährlichen Stellen auf der Radstrecke? Wo die glitschigen Dolen-deckel? Wo soll die Athletin ein wenig zurücknehmen?

Vom Vater zu Sutton gewechselt

Seit 15 Jahren sind die beiden ein Gespann. Seit Spirig von ihrem Vater zu ihm wechselte, weil sie stagnierte und fand, ihr Potenzial sei noch nicht ausgereizt. Und weil sie fand, ihr Vater sei im Training zu lieb, weil er eben ihr Vater sei. Statt dass er sie pushte, musste sie das selber tun. Das änderte sich danach schlagartig. Sutton ist bekannt als sehr fordernder und auch sehr direkter Trainer. Die wenigsten ertragen seine Art über Jahre.

Spirig schon. Aber weder er noch die Athletin würden behaupten, die Zusammenarbeit sei je einfach gewesen. Als eine Art «Hassliebe» hat sie diese Arbeitsbeziehung einmal bezeichnet. Und trotzdem vertraute niemand der Erfahrung und dem Wissen Suttons so lang wie Spirig, und kein Triathlon-Trainer feierte in der jüngeren Vergangenheit mehr Erfolge als er – unter anderem mit ihrem Olympiasieg 2012 und dem Silbergewinn vier Jahre später.

Allerdings hat er sich seine Star-Athletin quasi erbetteln müssen, denn im Auge hatte er die Schweizerin schon als 15-Jährige. Als er sie dann anfragte, ob sie sich seiner Trainingsgruppe (damals noch) in Leysin anschliessen wolle, sagte Spirig ab. Obwohl natürlich auch sie realisierte, dass dies ein verlockendes Angebot war. Dennoch tat sie es später noch ein zweites Mal. Erst 2006 und nach ihren ersten Olympischen Spielen in Athen liess sie sich umstimmen.

Wer Sutton auf der Trainingsanlage in St. Moritz begegnet, mit zerzaustem Haar und abgetragenen Trainingshosen, denkt kaum an einen Spitzentrainer, der in seiner weltweit tätigen Triathlon-Organisation rund 50 andere Coaches beschäftigt und Kurse auch für Einsteiger anbietet. Und wenn er dann in die Hosentasche greift, ein paar handgeschriebene Fresszettel hervorkramt und diese an seine



Mit viel Intuition und Erfahrung: Brett Sutton hat Nicola Spirig zu Olympiagold und -silber angetrieben. Foto: Urs Jaudas

Sutton und Spirig verbindet der unbedingte Wille zur Leistung, der Glaube, dass die mentale Stärke über Sein und Nichtsein entscheidet.

Athletinnen und Athleten verteilt, glaubt man definitiv, Professionalität sehe anders aus.

Doch das täuscht. Gewaltig. Spirig, Julie Derron (24) und auch der 25-jährige Max Studer (der in der Nacht auf heute im Einzelrennen startete) haben schon vor dem Frühstück ein Hügeltraining in Champfèr absolviert. Zehnmal haben sie ein rund 800 Meter langes Stück bergauf absolviert, alle mit einer individuellen Aufgabe. Oben hat sie der Trainer mit dem Auto erwartet und in der Verschnaufpause wieder zum Ausgangspunkt hinuntergefahren. Was nicht aufgefallen ist: Er registrierte jede Regung bei diesem Trio, Leichtigkeit, Schwere, Erschöpfung, Atmung, Haltung, Bemerkungen.

Aus diesen Anhaltspunkten leitete er die Aufgaben für das drei Stunden später stattfindende Bahntraining ab. Alles ist aufeinander abgestimmt, nachmittags erwartet die Athleten eine weitere Lauf- und eine Schwimmereinheit.

Als ehemaliger Pferdetrainer viel von Tieren gelernt

Sutton und Spirig verbindet der Ehrgeiz, der unbedingte Wille zur Leistung, der Glaube, dass die mentale Stärke über Sein und Nichtsein entscheidet. Er sagt über sie: «Ich habe nie eine Athletin mit so viel Selbstdisziplin erlebt. Sie ist mit ihrer Familie und dem Training von morgens 6 bis abends 23 Uhr durchgetaktet und bei jedem Programmpunkt voll dabei.» Er beginnt aufzuzählen und verliert sich dabei in purer Bewunderung für so viel Hingabe und attestiert ihr schlicht Einzigartigkeit.

Doch was die beiden verbindet, das birgt seit je auch Fläche für Reibereien und Diskussionen. Als Spirig nach den Spielen 2008 (6.) ihr Jus-Studium beenden will, hat der Trainer kein Verständnis. Jetzt sei die Zeit, die Grundlage für die Spiele 2012 zu legen, erklärt er. Sie sagt: «Er musste sich erst an die Schweizer Mentalität gewöhnen, an unser Sicherheitsdenken, dass wir neben dem Sport halt auch eine Ausbildung abschliessen wollen.» Ruft er ihr während eines harten Bahntrainings von aussen Anweisungen zu, ist es schon vorgekommen, dass die Athletin stoppte und zornig

fragte, wieso er das mache. «Sie weiss genau, was zu tun ist, und ist dann in ihrem Tunnel», hat er festgestellt.

Und auch, dass für sie ein Training nur dann Sinn macht, wenn er ihr vorher erklärt, was er damit bezweckt. Sie attestiert ihm viele Qualitäten: «Seine Coaching-Intuition gepaart mit seiner Erfahrung, und er ist ein sehr guter Menschenkenner.» Sie habe das Gefühl, dass sie gratis noch ein Psychologiestudium mitbekommen habe. «Immer wenn ein neuer Athlet zu unserer Gruppe stösst, ist es spannend, wie er diesen behandelt. Es gibt solche, bei denen er sagt, die müssten nichts wissen, nur machen.»

Als einstiger Boxer und Boxing-Coach, als ehemaliger Windhund- und Pferdetrainer hat Sutton von Menschen wie von

Tieren gelernt. Von ihren Verhaltensweisen, ihrer mentalen Verfassung, ihrer Lernfähigkeit, ihrer Physis. Dass Nicola Spirig auch mit 39 Jahren noch Weltspitze ist, führt er darauf zurück, dass sie ihr Muttersein auslebt und sich nicht mehr nur auf den Sport fokussiert.

Mittlerweile erleichtert sie ihm auch die Gruppentrainings. Ist Spirig dabei, ist die Vorzeigethletin dabei. Sie, die sich noch immer hohe Ziele setzt, die noch immer ihre Grenzen sucht, die bereit ist, sich den Herausforderungen des Trainers zu stellen, die immer ans Limit geht, wenn das gefordert wird. Sie, die es geschafft hat. Sutton sagt: «Wenn Max das sieht, wenn Julie dabei ist, dann können sie gar nicht anders, dann müssen sie auch wollen.» Allein die Einstellung entscheide.

Taifun nimmt Kurs auf Tokio

Für die Olympioniken in Japan könnte es zu Wochenbeginn ungemütlich werden. Der Taifun «Nepartak» bewegte sich am Sonntag über dem Pazifik mit Windgeschwindigkeiten nahe seines Zentrums von gut 100 Kilometern in der Stunde weiter Richtung der japanischen Hauptinsel Honshu. Wie die nationale Wetterbehörde bekannt gab, dürfte sich der Wirbelsturm – der achte der Saison – gegen Dienstag dem Osten und Nordosten des Inselreiches nähern und droht, im Gebiet um die Olympia-Stadt Tokio auf Land zu treffen. Die Behörde warnte vor heftigen

Regenfällen, stürmischen Winden und hohem Wellengang.

Das Organisationskomitee der Spiele stellt sich nach eigenen Angaben auf den Taifun ein. So sind bereits die ursprünglich für Montag geplanten Ruderrennen verlegt worden. Es sei nichts Ungewöhnliches, dass es aufgrund von Wetterbedingungen zu Änderungen im Ablaufplan komme, das habe es auch bei früheren Olympischen Spielen gegeben, sagte ein Sprecher. Ob der Triathlon der Frauen (mit Nicola Spirig, Montagnacht, 23.30 Uhr, MEZ) beeinträchtigt wird, ist noch nicht klar. (dpa)

Enttäuschung für die Schweizer Degenfechter

Fechten Nach den Achtelfinals waren alle drei Schweizer Fechter out. Als Letzter scheiterte Max Heinzer am Ukrainer Igor Reizlin – wie in der Runde zuvor auch Benjamin Steffen in dessen letztem Einzelgefecht der Karriere. Gegen den Weltranglisten-Dritten vermochte Heinzer im dritten Abschnitt aus einem 5:5 eine 12:9-Führung zu machen, büsste diese aber umgehend wieder ein. Danach leitete ein schneller Fusstreffer Reizlins die Wende ein. «Es ist eine bittere Niederlage nach einem hochstehenden Kampf», sagte Heinzer. Seine Leistung sei nicht so schlecht gewesen, «allerdings nervt mich der Fusstreffer».

Damit bleibt den Schweizern noch der Teamwettkampf vom Freitag. Dort treffen die Vierten der Weltrangliste im Viertelfinal auf Südkorea (5) mit dem Einzel-Olympiasieger von 2016, Sangyoung Park. Heinzer taxiert die Siegchancen gegen die Asiaten als 50:50. (mos)

Christens Bronze in der schwächeren Disziplin

Schiessen Nina Christen hat die Schweizer Olympia-Mission am Samstagmorgen auf bestmögliche Weise lanciert. Die in Wolfenschiessen aufgewachsene Nidwaldnerin, die heute in Immensee im Kanton Schwyz wohnt, gewann Bronze über 10 Meter mit dem Luftgewehr.

Sie freute sich enorm: «Dass es jetzt schon geklappt hat, ist der Wahnsinn.» Die 27-jährige Zeitsoldatin wird am nächsten Samstag noch einmal und auf dem Papier mit noch grösseren Chancen antreten – im Kleinkaliber-Dreistellungsmatch über 50 m. In dieser Disziplin kann Christen bereits einen EM-Titel und einen Weltcup-Sieg vorweisen. Eine Strategie hat sie sich schon zurechtgelegt: «Ich muss auch da mit der nötigen Portion Gelassenheit antreten.» (red)

Keine Medaille: Fabienne Kocher undankbare Vierte

Judo Sie hatte zwei Chancen – und konnte keine nutzen. Fabienne Kocher hat es verpasst, bei ihrem Debüt an Sommerspielen als erste Schweizerin eine olympische Judo-Medaille zu holen. Nach dem in 16 Sekunden verlorenen Halbfinal gegen Europameisterin Amandine Buchard (FRA) unterlag die Weltranglisten-15. im Kampf um Platz 3 der britischen Weltnummer 10 Chelsie Giles mit Ippon. Gold im Limit bis 52 kg ging an die Japanerin Uta Abe.

Kocher verpasste die erste Judo-Medaille seit Sergei Aschwan den 2008, holte aber mit Platz 5 als erste Schweizerin ein Diplom. Dies gelang dank des Achtelfinal-Erfolgs gegen die Mongolin Sosorbaram Lkhagvat.

Im ersten Kampf hatte die 28-jährige Zürcherin nach vier Niederlagen erstmals ihre spanische Angstgegnerin Ana Perez Box besiegt, und zwar mit Wazari. Danach setzte Kocher ihren Siegeszug fort – bis in den Halbfinal. (kai)