

## ***Seine Welt ist eine Scheibe Kristjan Čeh trainiert für Olympia***

Wenn Kristjan Čeh zur Arbeit geht, dann ist das nur ein kleiner Schritt für einen großen Menschen. Sein Arbeitsplatz hat einen Durchmesser von 2,50 Meter. Čeh ist 2,06 Meter groß, wiegt 130 Kilogramm, 2,16 Meter beträgt die Spannweite seiner Arme. Sein Arbeitsgerät ist 2 Kilogramm schwer und hat einen Durchmesser von 22 Zentimetern. Diese Scheibe bewegt Čeh durch weniger als zwei Körperdrehungen in kaum zwei Sekunden so schnell, dass er sie schon fast 70 Meter weit geworfen hat. Man könnte sagen, seine Welt ist eine Scheibe. Er ist derzeit einer der besten Diskuswerfer der Welt.

1999 in Ptuj, der ältesten Stadt Sloweniens geboren, wuchs Kristjan Čeh in Podvinci auf, wenige Kilometer nordöstlich der Stadt, wo er auch heute noch wohnt. Im Dorf gibt es etwa 250 Häuser, zwei Teiche, die die österreichische Kaiserin Maria Theresia zur Versorgung ihrer Soldaten mit Fisch anlegen ließ, und eine Handvoll Bauernhöfe. Der größte davon gehört einem Verwandten von Čeh, ein mittelgroßer Hof seinen Eltern. Jedes Jahr nimmt der Modellathlet am traditionellen Kurentenkarneval teil, der Winteraustreibung mit dämonischen Masken und Lärm, ähnlich der schwäbisch-alemannischen Fastnacht. Er ist fest in seinem Heimatort verwurzelt. „Angefangen habe ich mit Basketball“, erzählt er, „aber in meinem Dorf gab es keine Möglichkeit zum Training. Deshalb bin ich zur Leichtathletik gewechselt. Mein Trainer ist auf mich aufmerksam geworden, als ich in der Grundschule Kugelstoßen geübt habe. Ich fiel wegen meiner Größe auf, also lud er mich ein, mit ihm zu trainieren. Ich wechselte später zum Diskuswerfen. Natürlich habe ich das nie bereut.“

In den sieben Jahren seither hat er nach seiner groben Schätzung etwa 300 000 Mal einen Diskus geworfen. Bei einer durchschnittlichen Weite von 60 Metern wären das ungefähr 18. 000 Kilometer, also etwa die Strecke, die man vom Nordkap in Norwegen bis nach Kapstadt in Südafrika mit dem Auto zurücklegen müsste. Dabei hatte er nie Rekorde im Sinn. „Letztes Jahr gab es einen Wechsel in meiner Technik, der mir half, viel weiter werfen zu können.“ So wurde er amtierender Weltrekordler U23 mit einer Weite von 68,75 Metern. „Die nächste magische Grenze, die ich erreichen möchte, ist 70 Meter“, berichtet der Sportler, der natürlich nicht gleich wie ein Weltrekordler begonnen hat. „Die ersten Würfe waren schwieriger, die Scheibe flog nicht gerade. Ich glaube, ich habe nicht mehr als 20 Meter geschafft“, erzählt er lachend.

Seine Eltern waren anfangs nicht begeistert, „da niemand bei uns jemals Sport getrieben hatte. Jetzt ermutigen sie mich und sind mit den Ergebnissen zufrieden.“ Aber natürlich geht auch jetzt nicht immer alles wie geplant: „Einmal haben wir ein Video gedreht, und ich hätte fast einen der Kameraleute mit einem Diskus getroffen.“ Mit seinen 130 Kilogramm Körpergewicht sei er längst nicht der stärkste der Werfer. „Aber ich bin der größte in der Weltklasse“, erzählt er, „kann so mehr Kraft aufbauen und die Scheibe stärker beschleunigen.“ Doch für seine ausgefeilte Technik, berichtet er, sei der Abwurfkreis fast zu klein. Das macht es für ihn etwas kompliziert.

Mit seiner großen Hornbrille und dem immer fröhlichen Lächeln, wirkt Kristjan Čeh nicht wie ein weltbekannter Sportstar. Diskuswerfen gehörte zwar zu den klassischen Sportarten der Antike, aber außer bei Olympischen Spielen findet dieser Sport wie die gesamte Leichtathletik kaum Aufmerksamkeit. Trotzdem möchte er sie unbedingt weiterempfehlen: „Die Leichtathletik

ist die Königin des Sports. Jeder kann hier etwas Passendes finden, und das kann die persönliche und physische Entwicklung sehr positiv beeinflussen“, ist der 22-jährige Diskuswerfer überzeugt.

Mittlerweile ist Čeh natürlich Sport-Profi. „Ich glaube, dass man im Diskuswerfen keinen Erfolg haben kann, wenn man nicht alles dafür tut.“ Der slowenische Leichtathletikverband, das olympische Komitee und Sponsoren unterstützen ihn dabei, sich auf seinen Sport konzentrieren zu können. „Doch Sport ist nicht das ganze Leben“, sagt der junge Weltrekordler, „man muss auch an andere Dinge denken.“ Neben seiner sportlichen Laufbahn interessiert Čeh sich vor allem für die Landwirtschaft. An der Universität Maribor studiert er Agrarwissenschaften, wenn es ihm seine Zeit irgendwie erlaubt. „Das Studium bereitet mir Vergnügen, auch weil ich später in diesem Bereich beruflich tätig sein möchte. Es bereitet mir auch keinen Stress, so dass ich es gut mit meinem Sport verbinden kann.“ Später möchte er gerne als Landwirt arbeiten.

Viel Zeit für das Studium bleibt allerdings nicht. „Morgens frühstücke ich, um 10.00 Uhr beginne ich mit dem Training, das gegen 13.00 Uhr endet. Dann esse ich zu Mittag und habe ein wenig Ruhe. Am Nachmittag findet dann das zweite Training statt, danach gibt es Abendessen.“ So nimmt das Training etwa sechs Stunden am Tag ein. Jede Woche trainiert er ungefähr 33 Stunden, aber nicht nur mit dem Diskus, denn beim Krafttraining stemmt er jeden Tag zwei bis drei Tonnen an Gewichten hoch. Das sind etwa drei Autos oder drei ausgewachsene Flusspferde täglich.

Natürlich hat er als Sportler einen großen Traum, den Weltrekord, „für den ich viel Zeit und Arbeit investieren muss“. Dazu gehört auch, dass er ungefähr 15 Mal im Jahr zu internationalen Wettkämpfen reisen muss. Für Čeh ist aber wichtig, dass diese Reisen nicht nur einen sportlichen Aspekt haben. „Ich spreche fließend Deutsch, Englisch und Kroatisch. Wenn ich Zeit habe, werde ich auch Französisch lernen. Für internationale Sportler ist es sehr wichtig, Sprachen zu können, damit wir uns ohne Übersetzer unterhalten können. Denn wir sind Konkurrenten während des Sports, aber wir feuern uns gegenseitig an, besonders, wenn es mal nicht so gut geht. Und wir gehen auch gemeinsam ein Bier trinken und sind ziemlich gute Freunde.“ Unter den Diskuswerfern ist der Deutsche Robert Harting sein großes Vorbild. „Er hat jetzt seine Karriere schon beendet, aber er hatte eine besondere Technik und war zu Beginn meiner Karriere in der Weltspitze, er war Weltmeister und Olympiasieger.“

Nun ist Čeh selbst erstmals für die Olympischen Spiele qualifiziert, die mit einem Jahr Verspätung im Sommer 2021 in Tokyo stattfinden sollen. Wer dort gewinnen wird, weiß der junge Slowene natürlich nicht: „Es gibt viele Kandidaten. Einige haben Rekorde von über 70 Metern. Ich habe eine Chance, aber es hängt auch vom Glück ab.“ Sollten die olympischen Spiele 2021 dann tatsächlich stattfinden und Kristjan Čeh die Goldmedaille für Slowenien gewinnen, dann täte er das wieder mit einem kleinen Schritt für einen großen Menschen, aber mit einem großen Schritt für ein kleines Land.

Jana Kuhar, Lan Pihler, Nika Urek  
Gymnasium Ptuj/Slowenien

Redaktionelle Betreuung/Foto (s.u.): Gerald Hühner

Skype [1]

FAZ-Projekt „Jugend schreibt“  
Gymnasium Ptuj/Slowenien  
Interview mit Kristjan Čeh, 28.04.2021

Sprecheransicht

live:kristjan.ceh1 ...

Chat Bildschirm teilen Hand heben Reagieren Mehr

Zur Suche Text hier eingeben

14:41  
28.04.2021