

Paralympics-Sieger Wolfgang Sacher will 2010 den großen Triumph - und trainiert dafür noch härter

Sturzfrei den Weltmeistertitel fest im Visier

Penzberg (agr) - Seit Anfang Dezember ist Radfahrer Wolfgang Sacher wieder im Training. Mit den Übungseinheiten auf dem Ergometer zu Hause hat der Paralympicssieger diesmal einen ganzen Monat früher begonnen als sonst, weil er ein großes Ziel vor Augen hat: „Ich will Weltmeister im Einzelzeitfahren werden, da trainiere ich drauf“, sagt der Penzberger, der an Silvester seinen 43. Geburtstag feierte.

Um den Titel zu erreichen, benötigt Sacher aber auch wieder ein wenig Glück. „Ich hoffe, ich komme mal sturzfrei durch die Saison“, betont er. Sowohl 2008 vor den Paralympics in Peking als auch 2009 stürzte er schwer. Im vergangenen Jahr kostete ihn der Fauxpas am 23. August sogar die Teilnahme an der Straßen-Weltmeisterschaft. Nicht nur mit den Verletzungen hatte er dabei zu kämpfen - beim Sturz brach ein Stück des Ellenbogens ab und der Schleimbeutel wurde zerfetzt. Anschließend verbrachte Sacher noch eine Woche im Penzberger Krankenhaus, weil er sich bei der Behandlung durch ein Antibiotikum gründlich den Magen verdorben hatte.

Derartige Rückschläge will der Penzberger in diesem Jahr vermeiden. Er trainiert hart: Täglich radelt Sacher zwei bis vier Stunden auf dem heimischen Ergometer. Daneben besucht er mehrmals in der Woche ein Penzberger Fitnessstudio. „Zum Ausgleich“, wie er sagt. Später im Jahr trainiert Sacher, der als Kämmerer für die Finanzen der Gemeinde Schäftlarn zuständig ist, mit seinem neuen Trainer Robert Lechner auf der Bahn. „Ich will mich mehr auf die Bahn spezialisieren“, sagt Sacher. Zum Bahnfahren muss er mit seinem Trainer nach Augsburg, wo er auf einem 200-

Meter-Oval fahren kann. Um auf einer 250-Meter-Bahn zu trainieren, ist eine weitere Reise nötig: Die lange Strecke befindet sich in Büttgen in Nordrhein-Westfalen.

Mit der vergangenen Saison ist Sacher dennoch zufrieden. Er schloss das Jahr als Weltranglistenester der Bahnfahrer ab. Nach dem schweren Sturz und dem Krankenhausaufenthalt holte er bei der Bahn-WM in Manchester Anfang November die Silbermedaille über 4.000 Meter. Und über 1.000 Meter wurde er Vierter, „knapp an Bronze vorbei“, bedauert der Penzberger.

Für heuer hat sich Wolfgang Sacher viel vorgenommen. „Ab Anfang Mai geht's richtig los“, berichtet er, der bei einem Starkstromunfall im Alter von 15 Jahren einen Arm verlor. Zuvor nimmt er im Februar und im April an zwei Trainingslagern mit der Nationalmannschaft und dem bayerischen Kader auf Mallorca teil. Im Mai beginnen dann die Europacups, bei denen sich die Fahrer für die WM qualifizieren können. Weitere Saisonhöhepunkte sind die Bayererrundfahrt der Profis Ende Mai („Da fahre ich mit den Gesunden“), die Deutsche Meisterschaft auf der Bahn und auf der Straße im Juni sowie die „Jeantex-Tour-Trans-Alp“, die Ende Juni in Mittenwald startet. Dabei bewältigen die Radfahrer 20.000 Höhenmeter binnen einer Woche, ehe sie in Arco am Gardasee ankommen.

Sein großes Ziel, die Weltmeisterschaft im kolumbischen Cali, steht dann von 28. Juli bis 8. August auf dem Programm. „Den WM-Titel will ich noch“, beschreibt Sacher seinen großen Traum. Zwei Chancen dazu hat er noch: 2010 und 2011. Im Jahr 2012 stehen dann die Paralympics in London bevor. Für den dann 45-Jährigen Sacher steht fest: „Danach ist Schluss.“



Konzentrierte Analyse: Wolfgang Sacher hat sich auch für die Bahnrennen einiges vorgenommen. Für die optimale Vorbereitung vertraut er auf die Ratschläge seines Trainers Robert Lechner.