

MUAY-THAI

Vollkommen fit mit vierzig

Muay-Thai fernab der Jugend: Am Röstigraben-Derby in Uetendorf traten zwei 40-Jährige zum «Seniorenkampf» an.

«Ufwärtshaagge, los!» Bruno Arati steht mitfiebernd am Ring. Es ist Samstagabend, in der Uetendorfer Mehrzweckhalle steht Muay-Thai auf dem Programm, der Parkplatz ist hoffnungslos verbarrikadiert, es herrscht Grossandrang. Black Dragon, Thun, die Thaiboxschule von Martina Bracher, richtet die sogenannten Röstigraben-Derbys aus. «Wir wollten einen traditionellen Anlass», sagt Bracher. In der Halle ist das Dekor auf Thai getrimmt, Buddhas und Elefanten, aus den Lautsprechern scheppern betörende Klänge, auch das Essen ist fernöstlich.

An die Schweiz erinnert nur das Motto: Bei den Kämpfen an der Sprachgrenze winkt für das siegende Lager ein Wanderpokal. Und eben, in der Halle steht Bruno Arati. Wie kommt es, dass das berühmteste Gesicht der Berner Boxszene an einem Thaiboxring steht? «Das ist normalerweise weniger meine Szene», bekennt der Trainerfuchs. Doch an diesem Abend ist er gekommen, um einem seiner Schützlinge in einem ganz besonderen Kampf beizustehen.

«Noch härter trainieren»

Junge, muskelbepackte Athleten prägen das Bild in Uetendorf, die Kämpfer sind meist deutlich unter dreissig. Deswegen recken sich um 21 Uhr in der Halle die Hälse, als ein Kampf mit Seltenheitswert in der Schweizer Muay-Thai-Szene angekündigt wird: Die beiden «Senioren» Roger Rosenkranz (43) und Mark Hartsuyker (40) duellieren sich im innerkantonalen Derby. Für beide ist es der erste Kampf, beide sind im Vorfeld auch entsprechend nervös. Ein Muay-Thai-Kampf ist höchste Belastung für jeden Körper, geht das mit vier-



Mark Hartsuyker (links) setzt zum Kick an, am Ende musste er sich gegen Roger Rosenkranz geschlagen geben.

Markus Grunder

zig Jahren noch gut? «Ja», wird Rosenkranz später sagen, «man muss einfach noch härter trainieren und mehr Zeit für Vorbereitung und Regeneration einberechnen.» Und auch Hartsuyker war nach dem Kampf noch immer überzeugt vom Sinn dieses Unterfangens: «Ich überlege mir, es noch einmal zu probieren, auch die mentalen Anforderungen reizen mich.»

Im Kampf glänzt der Stadtberner Rosenkranz mit Schlägen, der Holländer Hartsuyker, seit drei Jahren in St. Stephan wohnhaft, mehr mit Kicks. Beide lan-

den etliche Treffer, nach einem besonders harten in der zweiten Runde wird der Kampf unterbrochen. Der Ringrichter begutachtet den getroffenen Holländer, dieser gibt schliesslich auf, und Rosenkranz ist der Sieger.

Suche nach Gegnern

Beide, Rosenkranz und Hartsuyker, trainierten lange auf den Kampf hin – zuerst aber mussten sie überhaupt einen Gegner finden. «Unsere Seniorentrainings laufen zwar sehr gut», sagt Martina Bracher, «für einen Kampf sind aber die wenigsten

bereit.» Mark Hartsuyker, in seiner Heimat jeweils im Kickboxtraining, suchte nach seiner Ankunft in der Schweiz nach einer sportlichen Abwechslung von seinem Beruf – und fand diese in der Thaiboxschule Black Dragon von Martina Bracher und ihrem thailändischen Mann Eak Ubon.

Auch Roger Rosenkranz hat sich gewissenhaft vorbereitet. Im Kampfsport kann er auf eine breite Erfahrung zurückblicken, mit Trainings in Aikido, Wing Tsun oder Krav Maga. Vor drei Jahren hat der frühere Fussballer («5. Liga, schlecht für die Beine»)

mit Muay-Thai begonnen. Rosenkranz arbeitet als Thaifoodkurier (passend) und bei den Broncos im Sicherheitsdienst (praktisch) und hat ebenfalls lange auf den Kampf hin trainiert. «Am meisten unterschätzt wird mit zunehmendem Alter die Kondition.»

Am Anlass haben die beiden Kämpfer ihre helle Freude, er sei «bestens organisiert und absolut wiederholenswert.» Vielleicht werden wieder «Senioren» dabei sein, vollkommen fit – und vierzig.

MORITZ MARTHALER