

Ein zirkusreifes Volk

Trendsport Einrad-Fahren: Immer vielseitiger, immer spektakulärer

Gewaltige Sprünge, krasse Abfahrten, kühne Tricks: Wenn Zirkusartisten stauen und auch hartgesottene Mountainbiker nur noch den Kopf schütteln, dann ist soeben einer der neuen Trendsportler vorbeigefahren – und zwar auf dem Einrad...

VON FREIA OLIV

Was einmal als Nebenbeschäftigung für Jongleure seinen Anfang nahm, ist heute der Hype schlechthin für Spitzensportler, die neue Wege gehen wollen in Sachen Balance, Geschicklichkeit, Entdeckerfreude und Mut. Spätestens seit sich TV-Moderator Stefan Raab vom deutschen Einrad-Meister überhüpfen hat lassen, ist das so agile wie fragile Fahrzeug Stadtgespräch. Und nachdem auch noch drei schneidige Burschen die Zugspitze auf den wackligen Gefährten

hinuntergeheizt sind, sehen selbst die Frischluft-Fanatiker ein, dass Einrad-Fahren alles andere als Kinderkram ist. Die Bandbreite reicht vom Spiel der Nachbarskinder, wo sich so mancher neue Trick erhaschen lässt, bis zu abenteuerlichen Disziplinen im internationalen Vergleich. Dass jetzt schon der erste Discounter ein Einrad im Angebot hatte, beweist: Es gibt eine neue Volksbewegung.

Sattelfest auf schmalem Grat

Die immer größer werdende Fangemeinde der Einradler rekrutiert sich aus Bikern, die umgestiegen sind, aus Jungs, die mit Funsportarten aufwachsen und auch aus Mädchen, die das Artistische und das Gruppendynamische lieben. Das eine Extrem also sind Typen wie Frank Schneider, Andreas Hemmeter und Stephan Hofmann: Sie haben klammheimlich ihre Einräder in die Rucksäcke gepackt, sind mit der Zugspitzbahn auf Deutschlands höchsten Gipfel gefahren, haben unter neugierigen Touristenaugen den Sprung in die Tiefe gewagt und 2000 Höhenmeter bzw. 20 km unter die Räder genommen. Das hieß zunächst 300 Höhenmeter den schmalen Klettersteig

bergab, später mehrere Geröllfelder hinunter Richtung Reintal. „Das war ziemliche Kopfsache. Viele unterwegs haben gar nicht begreifen können, dass man da runterfahren kann“, resümiert Andreas Hemmeter. „Aber das Einrad ist sehr wendig, in schmalen Kurven also besser als ein Bike. Und das Risiko ist nicht so hoch, man kann einfach abspringen.“

Der 24-Jährige hat trotzdem lange zuvor in Bikeparks, auf der Slackline, auf Holzstämmen und im Parcours seines Heimatvereins RC Germania Weissenburg trainiert, ist auf Paletten und Rampen zuhause. Im Vergleich zum Bike findet er Einrad „viel anstrengender“, aber es bietet auch mehr Neues. Das nächste Projekt des Deutschen Meisters im Trial und Downhill ist neben der WM in Neuseeland und der EM in Köln dann noch der Großglockner: „Das wird funktionieren, wir haben den Weg schon angeschaut.“ Allen, die bei den Dokumentationen seiner bisherigen Abenteuer im Fernsehen Blut geleckt haben, empfiehlt er allerdings das Einrad erstmal auf kleinen Wanderungen.

Auch Sebastian Niedners Tricks sind nichts für Ungeübte. Wenn er beim „Side Ride“ im Kreis fährt, hängt er kom-

plett auf der Außenseite und pedaliert nur mit dem Außenpedal. Manchmal steht er auf der Gabel und fährt, manchmal auf den Pedalen und lässt den Sattel am Boden hinterher schleifen. Dass er mit dem Rad famos springen kann und sich auch nur auf dem Rad – ohne Pedale – laufenderweise fortbewegen kann, hat Stefan Raab schon beeindruckt. Der 15-Jährige ist zudem Langsamfahr-Weltmeister: rückwärts, auf einem 10 Meter langen und 30 Zentimeter breiten Brett wohlgermerkt.

Meister im Hüpfen und Langsamfahren

Und nebenbei sammelte das Aushängeschild des USC München noch Titel wie Deutscher bzw. Bayerischer Meister im Downhill und Freestyle bzw. Standard Skill. Und da wird klar: Man kann innerhalb der Unmenge von Einrad-Disziplinen immer etwas Spannendes finden. Allerdings erfordert das schon ein bisschen Durchhaltevermögen: Sebastian war fünf, als ihm seine Mutter Barbara, Management-Trainerin und mittlerweile im Vorstand des deutschen Einradverbandes und in der internationalen Jury der Unicycler (IUF), ein Einrad schenkte. Er feuerte es zu-

nächst entnervt in die Ecke. Ein paar Monate später hatte ihn der Einrad-Virus infiziert, die ersten Festivals folgten. Vor drei Jahren stiegen das Mutter-Sohn-Duo dann intensiv in Training, Wettkämpfe, Rennleitung und Organisation ein.

Am Anfang schauten manche Radfahrer auf dem Trainingsgelände der Münchner Bundeswehr-Dozentin „schon komisch, wenn Sebastian auf dem Einrad einbeinig an ihnen vorbeischoss“. Auch in Kopenhagen erregte der Bursche Aufmerksamkeit, als er bergab mitten durch den Verkehr sauste. Aber nicht immer steht der Blomberg vor der Haustür, die Trainingszeiten sind knapp und viele Titel zu verteidigen. 20 Einräder stehen bei Niedners im Keller, sieben davon sind ständig in Gebrauch. Um den Aufwand bestreiten zu können, ist Niedner auf Sponsorensuche. Aber da macht sich bemerkbar, dass die Sportart zwar publikumswirksam, aber noch nicht wirklich etabliert ist. In Bayern boomt das Balancieren seit drei Jahren, mit dem Einradtag findet in München (im März) auch die weltweit größte Veranstaltung neben der WM statt. Knappe 1500 Mitglieder sind im Einradverband Bayern, 50 Vereine gibt's hier, Tendenz stark steigend. Großer Pluspunkt: die Räder sind klein, günstig (je nach Typ ab 100 Euro) und können überall gefahren werden.

ziplinen und allen Bewertungen oben an. Je nachden kommen noch Wendigkeit, Kondition oder Kraft hinzu. Beim Freestyle sind Tricks Pflicht und Kür mit Show-Effekt ähnlich wie beim Eislaufer gefragt. Beim „Street“ und „Trial“ geht es um Hüpfen und Tricks teils über Hindernisse. Dann gibt es noch Tempo-, spricht: Rennsitzlinien, Langstrecken, Hoch- und Weitsprung und Downhill. „Muni“ bündelt alles was draußen im Gelände passiert, hier wird's im Herbst in Allgäu einen ersten Alpencup geben. Hockey und Basketball spielen die Einradler natürlich auch. Neues entwickelt sich ständig, Kinder üben Tricks und die Männer fühlen sich meist zu Cross-Geschichten hingezogen.

Komplizierter Aufstieg

Manches schaut dabei wirklich spektakulär und gefährlich aus, die Verletzungsrate ist aber relativ gering. Natürlich hat Vorteile, wer früh übt: Schon ab vier, besser ab sechs Jahren kann man mit dem Einrad anfangen, erklärt Trainer Thomas Furtner aus Oberpfaffenhofen, der vormalige hauptberufliche Jongleur nun auf Einrad-Ausbildung, Beratung und Verkauf umsattelte. Er baut für seine Kursteilnehmer einen Parcours, durch den man mittelfähren und sich auf beiden Seiten festhalten kann. Einseitige Stützhilfen sind natür-



INFORMATIONEN

> Einradverband Bayern
Tipps und Termine beim Ein-