

Traumberuf Grenzgänger

Extremsportler wie Christoph Strasser gelten oft als Sonderlinge. Doch der Beruf lohnt sich nicht nur finanziell

MATTHIAS JUNG

GENÈVE :: Schon kurz nach dem Start im kalifornischen Oceanside wird es extrem. Dann fahren der Ultraradsportler Christoph Strasser und die anderen Teilnehmer des „Race Across America“ bei sengender Hitze durch die Wüste. Bereits am dritten Tag, wenn die Route durch die Rocky Mountains führt, plagt die Radler die Kälte. „Dann geht es von 40 auf 5 Grad Celsius runter, das ist schon krass“, sagt der Titelverteidiger und fünfmalige Sieger Strasser.

Der 36-jährige Österreicher ist einer der weltweit bekanntesten Extremsportler. Sein Rekord für die fast 5000 Kilometer quer durch die USA von der Pazifik- zur Atlantikküste liegt bei einer Zeit von 7 Tagen und knapp 16 Stunden. Das entspricht einem Schnitt von rund 650 Kilometern pro Tag bei einer Durchschnittsgeschwindigkeit von mehr als 26 Stundenkilometern – und täglich nur rund einer Stunde Schlaf. „Das ist eine unmenschliche Distanz“, sagt Strasser – und kommt doch jedes Jahr wieder.



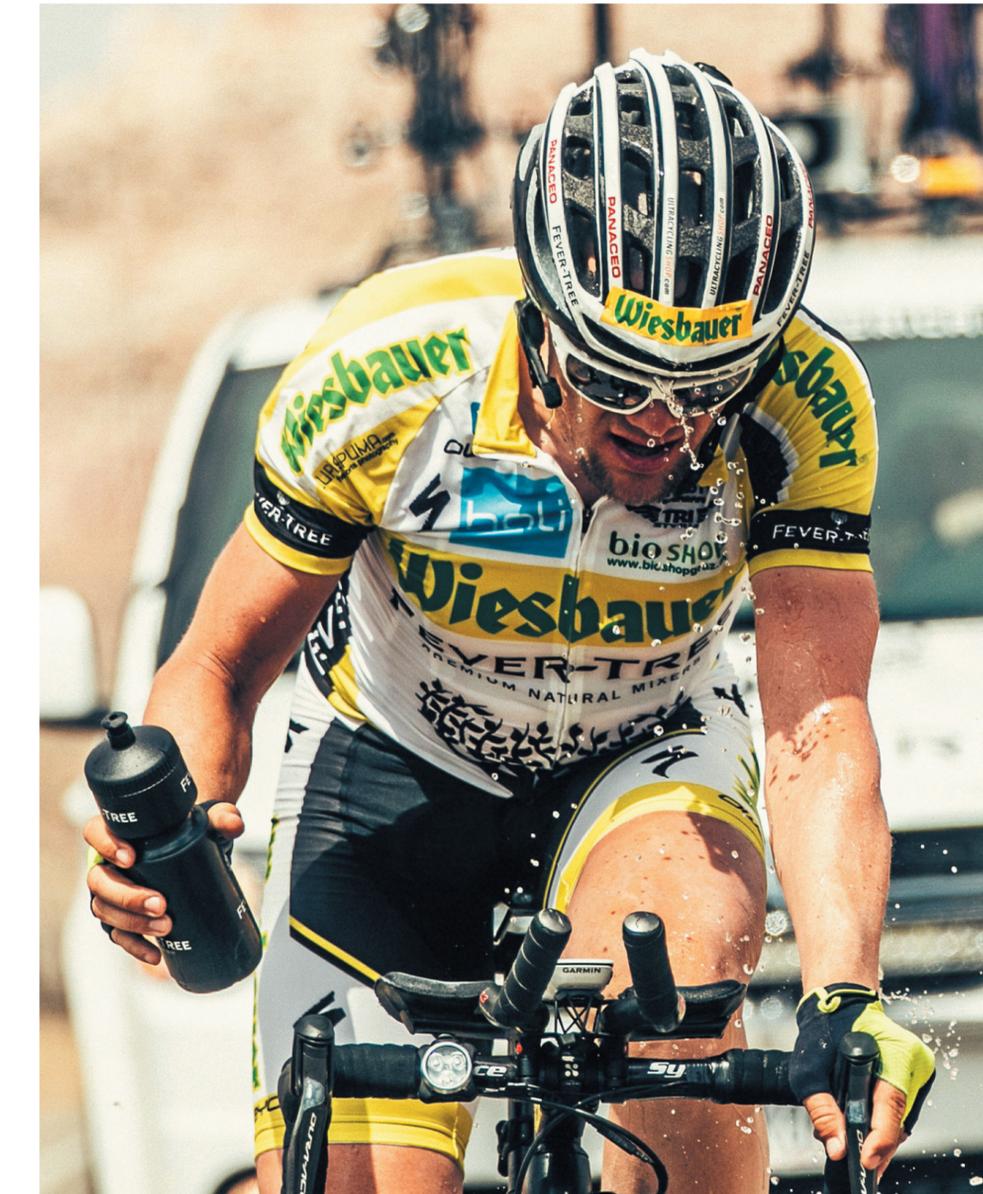
FOTO: R. FISCHBACHER

Ich wollte schon gerne etwas anderes machen, einen speziellen Lebensweg einschlagen

**Christoph Strasser,
Extremsportler**

Extremsport hat verschiedenste Ausprägungen. Grob lässt er sich aber in zwei Kategorien einteilen, erklärt Professor Jens Kleinert von der Deutschen Sporthochschule in Köln. Da seien zum einen Athleten, die sich in körperlich extreme und anstrengende Situationen begeben. „Die Belastung geht weit über das hinaus, was man üblicherweise im Sport macht“, sagt der Leiter der Abteilung Gesundheit und Sozialpsychologie des Psychologischen Instituts. Dazu gehören zum Beispiel Ultralangläufe, extrem langes Freiwasserschwimmen oder eben Radrennen.

Davon abgrenzen müsse man die „Naturextremisten“, die ihren Sport auf der Natur- und Abenteuerreise bestreiten. Das sind etwa Basejumper, die von Hochhäusern springen, Highliner, die auf einem Seil in 300 oder 400 Metern über eine Schlucht gehen, oder Extremkletterer wie der Free-Solo-Spezialist Alex Honnold aus den USA: 2017 bestieg er im Yosemite-Nationalpark eine knapp



Sitzt selten am Schreibtisch: Rennradfahrer Christoph Strasser.

FOTO: LUPU SPUMA

1000 Meter hohe Felswand ohne irgendeine Absicherung in weniger als vier Stunden. Verfilmt wurde das Ereignis in der Dokumentation „Free Solo“. „Ein falscher Tritt und du bist tot“, sagt Strasser zu Honnolds Sport. Das sei etwas völlig anderes als das, was er mache.

Sportsüchtig sind nur wenige der Teilnehmer

Kleinert hält es aber für einen Mythos, dass Extremkletterer oder Surfer verrückt, leichtsinnig oder gar lebensmüde seien. „Die sind zumeist in hohem Maße gewissenhaft“, sagt der Wissenschaftler. „Ein Freeclimber macht das nicht auf die

Schnelle, sondern bereitet sich monatelang darauf vor.“ Unfälle passierten meist nur dann, „wenn ein besonders erstrebtes Ziel mit dem Motiv Sicherheit in Konflikt kommt“.

Warum tut sich ein Mensch an? Die Motivation sei meistens, Grenzen auszutesten und zu sehen, was man leisten kann, so Kleinert. „Es geht also um die Entwicklung der eigenen Kompetenzen. Da steckt etwas ganz Normales drin, nur in extremer Form.“ Sportsüchtig in einem pathologischen Sinne seien nur sehr wenige. Für Strasser, der auch den 24-Stunden-Weltrekord auf der Bahn hält, ist es das „Erlebnis im eigenen Körper, wie viel man aushält“. Dass manche

Menschen Ultraradrennen oder einen dreifachen Iron-Man-Triathlon „verrückt“ oder gar „krank“ finden, kann er nicht nachvollziehen. „Wir sind keine Freaks.“

Der Grazer hat sich seit rund einem halben Jahr auf das „Race Across America“ vorbereitet – und dabei durchschnittlich 30 Stunden pro Woche trainiert. Am Ende waren es fast 40. Belohnt werde er für die Strapazen mit „inneren Glücksgefühlen“, wenn er in den USA durch unglaublich schöne Landschaften fahre, nach körperlichen und mentalen Tiefs wieder ein Hoch komme oder den Zusammenhalt in seinem zehn Mann starken Betreuersteam erlebe. Die-

ses Gruppengefühl spielt beim Extremsport keine kleine Rolle – auch wenn der Athlet am Ende oft alleine unterwegs ist: Gesellschaftlich isolierte Einzelgänger, wie manchmal behauptet wird, seien Menschen wie Strasser meistens nicht, sagt Kleinert. „Auch die Leute, die extreme Dinge tun, haben ihre Community, in der sie sich austauschen und sich aufgehoben fühlen.“

Zu den Betreuern von Strasser, der täglich bis zu 15.000 Kalorien aus Flüssignahrung aufnehmen muss, gehören unter anderem ein Arzt und ein Physiotherapeut. Sie schauen in den kurzen Pausen während des Rennens nach ihm und betreuen ihn auch schon während der Vorbereitung. Und sie greifen bei Problemen ein: So musste Strasser 2015 das „Race Across America“ wegen eines Lungeninfektes abbrechen.

Professor Bernd Wolfarth, Präsident der Deutschen Gesellschaft für Sportmedizin und Prävention (DGSP), sagt dazu: „Wenn jemand so etwas machen will, braucht er eine sehr fundierte sportmedizinische Begleitung und eine vernünftige Belastbarkeitsprüfung.“ Je größer die Belastung, desto umfangreicher die Vorbereitung. Dann sei auch ein 100-Kilometer-Lauf kein Problem – wenn eben kein Infekt oder eine Verletzung auftritt.

Doch sind solche extremen Belastungen gesund? Das lässt sich nicht ohne Weiteres beantworten, sagt der leitende deutsche Olympiaarzt, der an der Berliner Charité tätig ist. „Es gibt keine Daten zu der Frage, ob viel viel mehr hilft.“ Beim Extremsport gehe es ohnehin nicht um einen gesundheitlichen, sondern eher um einen persönlichen, also mehr emotionalen Nutzen. So empfindet Strasser zwar keinen „Kick“, wenn er tagelang im Sattel sitzt, aber: „Mein Bubenraum, mit Radrennen mein Geld zu verdienen, ist in Erfüllung gegangen.“ Und die Kombination aus Abenteuer und Wettkampf sei „etwas Einmaliges“.

Dafür nimmt er es auch in Kauf, dass ihm in den kurzen Pausen während des „Race Across America“ schon mehrmals ein Furunkel herausgeschnitten werden musste. Dass er einmal gegen Ende vor lauter Erschöpfung seinen eigenen Betreuer nicht mehr erkannte, dass die letzten 100 Kilometer körperlich und mental eine „Katastrophe“ sind oder er im Zielort Annapolis an der US-Ostküste „völlig überzogene Emotionen“ erlebte. Und als er die Qual dann endlich als Erster überstanden hatte, war er „zu müde, um sich zu freuen“. Dass Extremsportler wie Strasser nicht in das Schema eines Normalbürgers passen, räumt der Österreicher gerne ein. Es sei natürlich nicht schlecht, 40 Stunden zu arbeiten sowie Haus und Familie zu haben. „Aber ich wollte schon gerne etwas anderes machen, einen speziellen Lebensweg einschlagen.“

Das Normale, das, was alle machen, reizt ihn nicht. „Mein Beruf und meine Leidenschaft sind sicher außergewöhnlich.“ Und extrem.

ALLES, WAS RECHT IST



**Hülya Senol,
Anwältin für
Arbeits- und Familienrecht in der
Kanzlei Senol
in Köln.**

FOTO: SENOL

Lohnungleichheit und Entgelttransparenz

„Ich habe festgestellt, dass ich lange Zeit weniger verdient habe als meine männlichen Kollegen. Wie finde ich heraus, was meine Kollegen verdienen und kann ich Gehaltsanpassungen fordern?“

Das Gehaltsgefälle zwischen Männern und Frauen beschäftigt den Gesetzgeber seit vielen Jahren. Mit dem Entgelttransparenzgesetz ist 2017 ein wichtiger Schritt in Richtung Lohngleichheit gelungen. Männliche und weibliche Beschäftigte sollen für gleiche oder gleichwertige Arbeit auch gleiches Gehalt bekommen! Das Gesetz will Transparenz schaffen. Nach geltender Rechtslage ist es verboten, Frauen und Männern unterschiedliches Gehalt zu bezahlen, wenn die Gehaltsunterschiede allein auf dem Geschlecht beruhen. Benachteiligte Beschäftigte können bei einer solchen Ungleichbehandlung einen Anspruch auf Gehaltsanpassung geltend machen. In der Praxis stellen sich Arbeitgeber jedoch oft quer. Sie teilen ihren Angestellten keine Vergleichsgehälter mit, die andere für die gleiche Arbeit beziehen. Männer und Frauen, die in einem Betrieb mit mehr als 200 Mitarbeitern arbeiten, haben nun einen Auskunftsanspruch nach dem Lohntransparenzgesetz. Voraussetzung ist, dass es in dem Betrieb mindestens sechs Kollegen des anderen Geschlechts gibt, die eine ähnliche Stelle haben. Der Gesetzgeber hat mit dem Entgelttransparenzgesetz übrigens keinen Anspruch geschaffen, der es dem Arbeitnehmer erlaubt, das Gehalt eines spezifischen Kollegen abzufragen! Der Auskunftsanspruch zielt vielmehr darauf ab, Gehälter für vergleichbare Tätigkeiten als Vergleichswerte zu erfragen. Das Entgelttransparenzgesetz räumt den Beschäftigten auch keinen direkten Anspruch auf Gehaltsanpassung ein, wenn sich herausstellt, dass vergleichbare Kollegen mehr Geld verdienen. Schutzlos sind Arbeitnehmer in dem Fall jedoch nicht. Die Rechtsprechung der Arbeitsgerichte bemüht seit Langem den allgemeinen Gleichbehandlungsgrundsatz und gestattet den Arbeitnehmern je nach Einzelfall eine Gehaltsanpassung!

„Weiterkommen“ mit Persönlichkeit

Wie wäre es, wenn Menschen in Ihrem Umfeld einfach das täten, was Sie gern möchten? Und auch schnell verstehen würden, was Sie wie meinen, es akzeptieren und dann entsprechend umsetzen? Beides könne man erreichen, wenn man an sich arbeite – davon ist Ilka Piechowiak überzeugt.

Als Keynote-Speaker, Führungskräfte-Trainerin und Coach ist Piechowiak Expertin für die Themen Führung, Selbstmanagement und persönlichen Erfolg. Sie möchte ihr Wissen in einem Seminar der Reihe „Weiterkommen“, dem Weiterbildungsprogramm von Hamburger Abendblatt und Universität Hamburg Marketing GmbH, gerne anderen vermitteln. Die ehemalige Leistungssportlerin spielte sieben Jahre in der Handballnationalmannschaft und der Bundesliga. Ihren beruflichen Karriereweg startete sie als Marketing-Assistentin, er führte weiter bis zur Leiterin Internationales Key Account Management und Marketingleitung der Firma Miele Professional. Mit Ende 30 startete sie in ihre Selbständigkeit und machte ihre Leidenschaft zum Beruf. Heute begeistert Ilka Piechowiak ihr Publikum durch ihre authentische, lebendige Art.

Das Seminar findet statt am 24. und 25. August in den Räumen Universität Hamburg Marketing GmbH in der Feldbrunnstraße 9 in Hamburg, jeweils von 10 bis 17 Uhr. Teilnehmer erhalten ein Zertifikat. Der Preis für die Teilnahme an der zweitägigen Veranstaltung: 390 Euro. Weitere Informationen unter www.weiterkommen-hamburg.de HA

BUCH DER WOCHE

Vielfältige Erfolgsrezepte vom Branchenbeobachter

Das Buch

Der Turiz-Verlag gibt dreimal im Jahr eine Edition heraus, die über den regulären Buchhandel erhältlich ist. Es geht um Medien und deren Macher. „Das große Buch vom Erfolg“ ist ein optisch ansprechendes Werk, das zu ergründen versucht, warum Menschen erfolgreich sind und warum sie scheitern. Vorgestellt werden etwa der Verlagsmanager Markus Dohle von Bertelsmann, aber auch Aleksander Ruzicka, der achteinhalb Jahre wegen Wirtschaftskriminalität im Gefängnis saß und dennoch der Meinung ist, moralisch unschuldig zu sein. Das Interview zeigt, mit welch harten Bandagen in der Medienbranche gekämpft wird und wie allgegenwärtig Korruption und Bestechung sind. Die Frage, was Erfolg ist, ist alles andere als einfach zu beantworten. Auch Turiz macht es sich nicht einfach und zeichnet ein vielfältiges Bild über Wege in die Medienwirtschaft. „Auf und Ab gehört zum Leben. Wir brauchen Mut, um Neues zu wagen“,

sagt Peter Turi. Er hat vorgemacht, wie es geht. Und auch, wie es nicht geht.

Der Autor

Anja Hermanni steht auf dem Cover der meisten Ausgaben. Doch Anja Hermanni hat nicht eine Zeile des Buches geschrieben. Hermanni ist die Lebensgefährtin des Chefgrafikers. Dieser setzte den Namen als Platzhalter ein, was anschließend niemandem mehr auffiel. So ist das Buch über den Erfolg zugleich eine Parabel des Misserfolges. „Voll verkackt“ gibt Peter Turi auf einer „Fuck Up Night“ zu. Und nimmt es ansonsten mit Humor.



Das große Buch vom Erfolg von Peter Turi u. a., Turiz-Edition, 20 Euro, 200 S.

FOTO: TURIZ EDITION

DREI FRAGEN AN

Zukunft von Familienunternehmen

Sie gelten als Rückgrat der Wirtschaft. Doch nicht immer ist die **Nachfolge** geregelt

TERESA SCHOMBURG

1 Wie häufig arbeitet der eigene Nachwuchs im Betrieb weiter und übernimmt ihn später?

Befragungen dazu deuten darauf hin, dass gut die Hälfte der Unternehmen, bei denen eine Nachfolge stattfindet, noch an Familienmitglieder weitergegeben wird. Allerdings machen inzwischen insgesamt mehr junge Leute Abitur und wollen studieren, was auch die Kinder von Unternehmern und Handwerkern betrifft. Es gibt keine Statistiken dazu, aber wenn der Sohn oder die Tochter eines Schreinermeisters studiert hat, ist die Wahrscheinlichkeit, dass er oder sie die Schreinerei übernimmt, nicht so hoch. Und die Eltern wollen das im Zweifelsfall auch nicht, weil sie womöglich die Idee haben, dass aus den Kindern etwas „Besseres“ werden soll. Wenn der Unternehmer aber einen großen Betrieb mit vielen Beschäftigten hat, sieht das schon wieder anders aus.



**Rosemarie Kay,
Wissenschaftlerin
und stellvertretende
Geschäftsführerin des IfM
(Institut für
Mittelstandsforschung),
Bonn.** FOTO: PROMO

2 Was bedeuten die Nachfolgeprobleme gerade für die Familienunternehmen?

Gerade im Handwerk wird die Nachfolgefrage durch die generelle Schwierigkeit belastet, überhaupt noch qualifiziertes Personal zu finden. Damit stehen einfach weniger qualifizierte potenzielle Nachfolger bereit. Wir erwarten, dass dies in einigen Gewerke ähnlich wie im Bäckerhandwerk zu erheblichen (organisatorischen) Änderungen führt, und trotzdem die Versorgung sichern zu können. Das könnte wiederum auch dazu führen, dass der Anteil an Familienunternehmen

in diesen Branchen ein wenig zurückgeht und mehr Manager einsteigen, die andere Systeme einführen, als der klassische Familienunternehmer das womöglich tun würde.

3 Wie schwer ist es, außerhalb der Familie geeignete Nachfolger zu finden?

Die Antwort auf die Frage, ob ein Unternehmen weitergeführt wird oder nicht, hängt gar nicht so sehr davon ab, ob es einen Nachfolger dafür gibt. Entscheidend ist vielmehr, ob das Unternehmen an sich überhaupt eine Zukunft hat. Gut gehende Unternehmen werden immer einen Nachfolger finden – wenn nicht aus der eigenen Familie, dann zum Beispiel aus der Mitarbeiterschaft oder durch Führungskräfte aus anderen Unternehmen. Auch eine Übernahme des Betriebs durch ein anderes Unternehmen ist dann denkbar. Aber verschwinden werden diese Unternehmen nicht.