

Cédric El-Idrissi: BIELER HÜRDENLÄUFER UND WM-TEILNEHMER

# «Ich bräuchte noch etwas mehr Mut»

Der Bieler Leichtathlet Cédric El-Idrissi reist nächste Woche nach Paris: Erstmals hat er sich für die Weltmeisterschaften qualifiziert. Das BT sprach mit ihm noch vor seinem Einsatz am Zürcher Meeting.

■ INTERVIEW: BEAT FREIHOFFER UND THOMAS DÄHLER

**Zu Beginn der Saison haben Sie uns gesagt, Sie möchten über 400 Meter Hürden die Grenze von 50 Sekunden durchbrechen. Jetzt, Cédric El-Idrissi, laufen Sie zu unserer Überraschung konstant Zeiten unter 50 Sekunden. Haben Sie tiefgestapelt?**

Cédric El-Idrissi: Natürlich erhoffe ich mir oft mehr, als ich es öffentlich sage. Dass ich derart konstant schnell bin, überrascht mich dennoch.

**Wer Ihre Leistungsentwicklung in den letzten Jahren verfolgt hat, muss feststellen, dass Sie sich nicht kontinuierlich gesteigert haben. Sie mussten Rückschläge hinnehmen und mit Verletzungen kämpfen. Diese Saison hatten Sie einfach Glück...**

Nein, ich habe aus Verletzungen gelernt. Heute kenne ich die Schwächen meines Körpers, weiss, dass ich auf die Achillessehne oder das Knie aufpassen muss. Als Athlet muss man diesen Prozess durchmachen. Ich habe aus den Erfahrungen schlechterer Jahre gelernt.

**Wie wichtig sind dabei das Trainingsumfeld, der Trainer und die Betreuer?**

Sie spielen sicher eine sehr grosse Rolle. Mein Trainer Peter Haas ist einer der besten seines Faches.

**Was braucht es, um einem Trainer zu vertrauen?**

Wenn man die Erfahrung macht, dass die Planung des Trainers aufgeht, entwickelt sich Vertrauen. Das hilft dann auch in Zeiten, in denen es weniger gut läuft, denn du hast jemanden, dem du glaubst und der an dich glaubt.

**Sie waren 2000/01 in den USA. Wie hat sich das ausgewirkt?**

In den USA war ich auf mich allein gestellt, andere Sportkollegen, andere Trainer, andere Wettkämpfe – das hat mich enorm motiviert. Ich habe dort Erfahrungen beim Training und in der Wettkampfvorbereitung gemacht, ohne die ich heute nicht da wäre, wo ich bin.

**Nächste Woche reisen Sie nach Paris an die WM. Haben Sie noch Steigerungspotenzial?**

Es gibt noch mehrere Kleinigkeiten, die ich optimieren könnte. Der Abschnitt vom Start bis zur ersten Hürde ist noch nicht perfekt. Dort könnte ich noch schneller sein. Ich müsste auch noch etwas aggressiver, weniger vorsichtig laufen können. Dafür bräuchte ich noch etwas mehr Mut.

**Wovon hängt das ab?**

Bei mir ist es so, dass je wichtiger der Wettkampf ist, desto angespannter bin ich, desto besser ist auch die Leistung.

**Mit der Qualifikation für die WM stehen Sie relativ unerwartet plötzlich im Rampenlicht der Medien – das ist doch sicher nicht ganz leicht und hat auch seine Tücken.**

Wissen Sie, ich bin ohnehin jemand, der zuerst überlegt und dann redet (lacht)...

**Welches ist Ihr konkretes Ziel an den Weltmeisterschaften in Paris?**

Ich möchte die erste Runde überstehen und den Halbfinal erreichen. Das wird nicht einfach sein, ist aber ein realistisches Ziel.

**Wir stehen ein Jahr vor den Olympischen Spielen. Wäre das nicht Grund genug, jetzt als Profi weiterzufahren und zu 100 Prozent auf den Sport zu setzen.**

Das stimmt, ist aber nicht so einfach. Es gibt viele, die für die Olympischen Spiele den Aufwand massiv steigern. Das führt aber zu Problemen. Wer nicht gewohnt ist, derart viel zu trainieren, nimmt ein zusätzliches Verletzungsrisiko in Kauf. Es ist fraglich, ob ich mich steigern würde, wenn ich nun alles anders machte und als Vollprofi trainierte.

**Eine typische Schweizer Haltung – käme es irgendeinem US-Amerikaner in den Sinn, sich auf diese Weise auf Olympia vorzubereiten?**

Amerikaner sind anders sozialisiert worden. In der Schweiz haben Bildung und Beruf ihren Wert. Ich fühle mich wohl, in meinem Leben den Sport und das Studium beziehungsweise den Beruf nebeneinander zu pflegen. Ich bin es gewohnt, den halben Tag geistig zu arbeiten. Wenn man den Trainingsaufwand eines 400-Meter-Hürden-Profi analysiert, die erholungsfördernden Massnahmen auch noch dazu zählt, merkt man, dass daneben viel Zeit übrig bleibt. Es mag sein, dass der Sport gewissen Amerikanern zusammen mit etwas DVD schauen und Play-Station spielen genügt. Ich ziehe den 50-Prozent-Job dem Play-Station-Spielen vor.

**Sie überzeichnen.**

Vielleicht ist es nett, nur noch zu trainieren. Dennoch, wer dann etwa von einer Verletzung heimgesucht wird und neben dem Sport nichts mehr hat, befindet sich relativ schnell in einer Lebenskrise.

**Sie befinden sich in der Endphase Ihres Studiums. Was arbeiten Sie danach?**

Ich arbeite bereits jetzt an einem Forschungsprojekt an der Privaten Hochschule für Wirtschaft in Zürich. Im Rahmen einer Marktstudie führe ich eine Unternehmensbefragung durch.

**Liegt das auf der Linie Ihres Studiums?**

Ich habe Soziologie im Hauptfach und Betriebswirtschaft im Nebenfach studiert. Sozialforschung und Marktforschung sind sehr nahe beieinander. In der Soziologie habe ich mir das Instrumentarium geholt, um es jetzt in der Marktforschung einzusetzen.

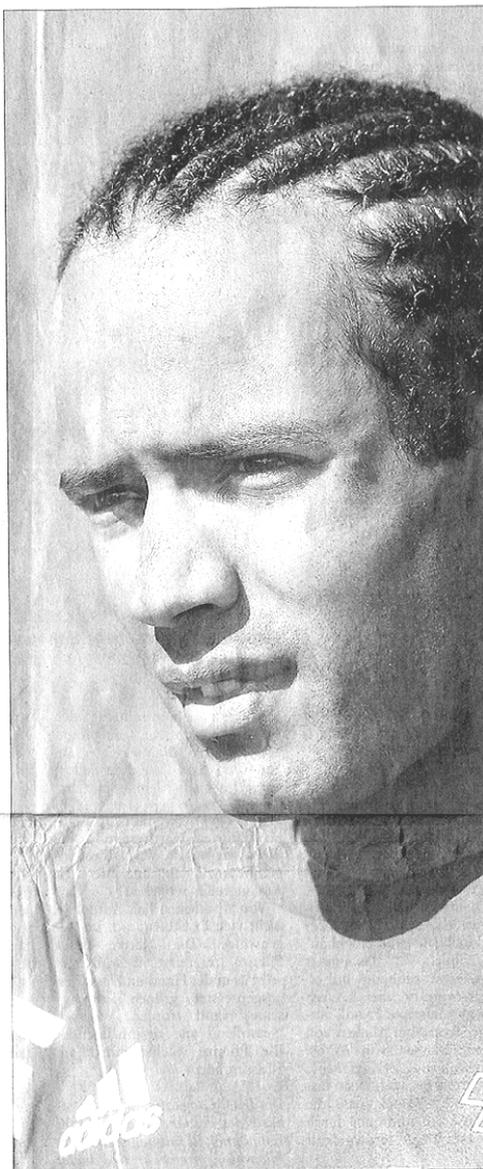
**Welche Kompromisse sind nötig, damit Sie neben Studium oder jetzt Beruf optimal trainieren können?**

Eigentlich wenig. Ich war halt kein Vollblut-Student und das hat sich auf die Studiendauer ausgewirkt. Beim Beruf ist es etwas anders. Ich habe vor, eine Doktorarbeit aufbauend auf dem Projekt, an dem ich jetzt mitarbeite, zu schreiben; da ist die Kombination ideal. Einen Kompromiss gehe ich nur insofern ein, als ich noch zuhause, voll zu arbeiten.

**Weshalb sind Sie Leichtathlet geworden und nicht Fussballer? Mannschaftssportler?**

Als kleiner Bub war ich im Bürgerturnverein Biel, habe dort Verschiedenes gemacht, auch Geräteturnen. Die Leichtathletik hat mir rasch am besten gefallen.

**Sie haben bereits als Elfjähriger**



Cédric El-Idrissi kann sich nicht für ein Vollprofi-Dasein erwar-men: «Ich bin es gewohnt, den halben Tag geistig zu arbeiten.» Bild: Olivier Gresset

1988 an den Kantonalmeisterschaften in Thun über 60 Meter Hürden eine Medaille gewonnen. War damals schon klar, dass die Hürden Ihre Disziplin sind?

Das wissen Sie? Ja, das war meine erste Medaille. Als junger Hürdenläufer muss man den Hürdenrhythmus schon etwas in sich haben. Natürlich habe ich damals alles trainiert, auch Mehrkampf,

verhindern. In der Leichtathletik gibt es aber auch Teamgeist. Man ist ja auch in einem Verein, startet an Team-Wettkämpfen oder ist an der WM in der Nationalmannschaft. Ohne Teamgeist geht es nicht. Ich lasse mich nicht auf den Individualisten reduzieren.

**Eigenverantwortung ist Ihnen besonders wichtig?**

Ja, das ist auch das Schöne an der Leichtathletik. Man kann nicht wie im Fussball bloss verlieren, weil der Schiedsrichter schlecht war oder der Torhüter versagt hat.

**Wie viel bei Ihren Erfolgen ist Eigenverantwortung, wie viel Förderung durch das Umfeld?**

Ich bin als Junge oder als Jugendliche nie von zu Hause gestossen oder besonders gefördert worden. Ich habe stets viel Initiative selber entwickelt, war auch ehrgeizig. Natürlich spielten auch das Umfeld eine Rolle und später natürlich auch die Trainer, die mich förderten.

**Wann haben Sie für das Training von Biel nach Bern gewechselt?**

Mit 14. Es ist schade, dass es in Biel nicht die gleichen Möglichkeiten gibt.

**Die Leichtathletik hat nicht überall den besten Ruf. Die Sportart liegt nicht im Trend, Dopingfälle haben sie in Verruf gebracht.**

Ich weiss, Leichtathletik ist eine traditionelle Sportart. Trendy braucht etwas für mich aber nicht zu sein. Das ist nicht meine Art.

**Wie stehen Sie zum Thema Doping? Sie müssen doch davon ausgehen, dass Ihre Haltung nicht dieselbe ist wie diejenige aller Konkurrenten?**

Man sollte sich nicht zu viele Gedanken machen. In einem Wettkampf interessiert es mich nicht, ob meine Gegner möglicherweise auf andere Weise

«Ich lasse mich nicht auf den Individualisten reduzieren.»

schnell geworden sind. Doping gibt es nun mal in unserer Gesellschaft. Man darf das Thema aber nicht generalisieren. Auch in den USA ist Doping nicht Norm, auch wenn es dort mehr Fälle geben dürfte.

**Wir hatten auch in der Schweiz Fälle.**

Ja, aber das ist eine Weile her und war eine andere Zeit.

**Wie wohl fühlen Sie sich als Schweizer?**

Ich fühle mich sehr wohl in der Schweiz. Ich habe nach meinem USA-Aufenthalt auch gespürt, was es heisst, hier zu Hause zu sein. Und in den USA habe ich auch gemerkt, wie stark ich Schweizer bin.

**Ihr Vater war Marokkaner.**

Ich habe immer in der Schweiz gelebt und kenne Marokko nur von einigen Besuchen.

**Sind Sie ein guter Schweizer Staatsbürger?**

Ich denke schon. Ich verfolge die Alltagspolitik und gehe jedes Mal wählen oder abstimmen.

**OK. Das ist überdurchschnittlich. Welches wäre Ihr Wunsch an die Politik?**

Der Leistungssport sollte beim Bund mehr Anerkennung finden. Wir sind jetzt auf dem richtigen Weg. Verglichen mit Nachbarländern fördert die Schweiz den Sport aber immer noch zu wenig. In den meisten Ländern ist beispielsweise die Militärdienstzeit für Leistungssportler förderlich, in der Schweiz nicht.

**Sind für Sie als Leichtathlet in der Schweiz auch die Finanzen ein Problem? Wir nehmen auch an, dass Sie bisher wesentlich mehr aufwenden mussten, als Sie zurückerhalten.**

Klar. Ich mache aber nicht des Geldes wegen Sport. Dass man dabei nichts verdient, stört mich nicht.

**Wie wärs, wenn Sie sich besser vermarkten würden?**

Sponsoring braucht es. Aber ich habe es immer etwas lächerlich gefunden, wenn sich Athleten in der Werbung für alles hergeben. Da gibt es genug schlechte Beispiele. Ich denke auch, dass einige in der Zeit, in der sie sich um die Vermarktung oder um zeitintensive Werbeauftritte gekümmert haben, mit Arbeit mehr verdient hätten – und für später mehr profitiert hätten.