

Mit beiden Beinen im Leben

Josef Berzl verliert nie den Bodenkontakt – nicht beim Gehen und auch sonst nicht.

VON JÜRGEN SCHARF, MZ

Josef Berzl geht. Oft, schnell und lange. Und wenn er geht, dann denkt er nach. Beim Training kommen dem Regensburger Gehsport-Überwarter nämlich, so sagt er, „die besten Gedanken überhaupt“. Sicherheitshalber steckt er sich stets Zettel und Stift in die Trainingsjacke. Damit er gleich aufschreiben kann, wenn ihm was Gutes in den Sinn kommt. Damit ihm die schönen Ideen nicht wieder davonlaufen.

Berzl ist 61 Jahre alt und ein waschechter Regensburger. Genauer gesagt ein Pfaffensteiner. Hier, im Regensburger Norden, ist er aufgewachsen. Hier hat er sich später als Familienvater auch ein Haus gebaut und im Erdgeschoss, ein eigenes, kleines Vereinsheim eingerichtet. „Das ist unser Geher-Stüberl“, sagt er, lacht und bittet ins Basislager des Gehsportvereins Regensburg. An den Wänden hängen Urkunden und in der Ecke bollert ein Holzofen vor sich hin. Lange wird er heute hier an dem Tisch mit der gemusterten Decke sitzen und über seinen Sport reden. Und irgendwann wird er, mehr zu sich selbst als zum Reporter, sagen: „Also, die beste Idee, die ich meinem Leben je hatte, also sportlich gesehen, war, dass ich die Vereinsgründung initiiert habe. Das ist wirklich so.“

Ein Leben ohne Sport?

Für Josef Berzl unvorstellbar

Berzl ist wohl das, was man als fiten Rentner bezeichnen darf. Seine Zeit als technischer Angestellter beim einstigen bayerischen Energieversorger OBAG ist vorbei, nun ist er im Vorruhestand. Und da hält er sich fit. Obwohl, selbstkritisch räumt er ein, dass er derzeit „vielleicht drei, vier Kilo“ über seinem Wettkampfgewicht liegt. Da muss man sich allerdings auf seine Aussage verlassen, denn wo die drei, vier Kilo bei seinem auf den ersten Blick austrainierten Körper zu viel sein sollen, bleibt schleierhaft.

Ein Leben ohne Sport? Für Berzl unvorstellbar. Schon in seiner Jugend, als er gerade bei der OBAG in der Ausbildung steckte, machte er „alles Mögliche“, wie er sich erinnert: vor allem Fußball, Volleyball und Leichtathletik. Und beim Betriebssport wurde eines Tages auch Gehen angeboten. Berzl probierte es aus – und blieb dabei. Allerdings hängte er dies über viele Jahre nicht an die große Glocke. Altherrensport, Hüftgelenkskiller, Marschiertheater – Berzl kennt all die Klischees, die an seinem Sport haften. Wenn andere von ihrem spektakulären Tor beim Fußballspielen oder ihrer Bestzeit beim Marathon erzählten, da wurde Berzl früher immer ganz still. „Ganz ehrlich. Ich hab mich halbwegs geschämt fürs Gehen.“ Die Leute hätten einem hinterhergelacht, erinnert er sich. Mancher habe gefragt: „Junge, ja wos ist denn los mit dir?“ Berzl hat deswegen oft auf die Dunkelheit gewartet: „Da hat mich keiner g'segn, da war's in Ordnung.“

Warum lachen die Leute eigentlich, nur weil jemand geht? An sich tut das jeder Mensch – Gehsportler nur eben auf eine besondere Weise. Der Clou und die technische Hürde ist, dass mindestens ein Fuß immer Kontakt zum Boden haben muss. Das hört sich einfach an, ist es aber nicht. „Wenn der Mensch läuft, hat er stets Momente, in denen beide Füße in der Luft sind“, erklärt Berzl. Das darf beim Sportgehen nicht

passieren. Das ist der Kniff. Um schnell voran zu kommen und dennoch permanent Bodenkontakt zu halten, braucht es eine extreme Streckung der Beine und zudem ein Schaukeln der Hüften. Dieses Hüftschaukeln ist es auch, dass bei Laien beizeiten für Heiterkeit sorgt. „Mei, das ist halt so“, hat sich Berzl mittlerweile damit abgefunden.

Wenn er den Ungläubigen nur vermitteln könnte, welcher Reiz in dieser Sportart steckt. Das geht allerdings nicht auf die Schnelle, dafür ist es zu komplex. Kaum ein Sport ist etwa derart aufs Fingerspitzengefühl der Kampfrichter angewiesen, wie das Gehen. Die Juroren stehen gleichmäßig verteilt an der Strecke und bewerten, ob korrekt gegangen wird. Bei leichten Verstößen gibt es Ermahnungen, bei schweren Verwarnungen. „Und nach drei Verwarnungen bist du raus aus dem Wettkampf“, erklärt Berzl. Der beneidet die Kampfrichter

um ihre Aufgabe nicht: „Die Regel sagt eben, dass für das menschliche Auge Bodenkontakt gegeben sein muss.“ Sportfotografen schießen mit minimalen Verschlusszeiten aber immer wieder Bilder von Spitzengehern, bei denen im Wettkampf beide Füße in der Luft sind. Die Stars der Szene tasten sich nicht nur ans Limit heran, sie gehen sogar drüber hinaus – aber eben zu schnell für das menschliche Auge. „Meiner Meinung nach ist das Betrug. Wer so schnell geht, der läuft, aber man kann es eben nicht bestrafen“, sagt Berzl.

Nur gut, dass er mit Gleichgesinnten über die Grauzonen seines Sports fachsimpeln kann. Der Regensburger Gehsportverein wurde vor sieben Jahren gegründet. Damals waren es elf Mitglieder. Heute sind es fast dreimal so viel, aber natürlich ist es noch immer kleiner Klub. „Den Nachwuchs fürs Gehen zu gewinnen ist sehr schwer“, er-

zählt Berzl. Nicht bloß, dass Gehen nicht gerade als cool gilt, darüber hinaus kommt noch das Risiko bei Wettkämpfen hinzu. Wenn ein Jugendlicher über Monate hinweg trainiert, dann aber im Wettkampf kurz vorm Ziel zum dritten Mal verwarnet und disqualifiziert wird, sei die Enttäuschung grenzenlos. „Mancher kommt dann nie wieder zum Training“, sagt Berzl.

An der Wand hängt die Urkunde: Weltmeister mit der Mannschaft

Sie ist etwa so groß wie ein DIN-A4-Blatt. In einen goldenen Rahmen eingebettet hängt sie an der Wand des Geher-Stüberls. Die Urkunde zu Berzls größtem Erfolg. 2008 wurde er mit der Mannschaft Weltmeister in der Altersklasse ab 50. „Das war schon toll“, erinnert er sich. Und vor allem erinnert die Urkunde Berzl jedes Mal, wenn er sie ansieht, daran, was er am Gehen hat. Die Zeiten, dass er sich für sei-

nen Sport schämte, die sind vorbei: „Heute bin ich älter und mir ist es völlig egal, ob da mal einer schaut.“

Heute ist er es, der lacht. Etwa über Extremsportler, die nach einem Triathlon ins Krankenhaus eingeliefert werden, um später dann von einer Grenzerfahrung zu erzählen. „Das ist nicht gesund“, urteilt Berzl. Ein Freizeitsportler solle nicht über und eigentlich auch nicht an seine körperliche Grenze gehen, findet er. Klar, beim Gehen powert er sich auch komplett aus. Aber nie so, dass er im Ziel zusammenbricht. „Das wäre ja auch ein Schmarrn, ich muss nach meinem Sport auch noch etwas anderes machen können“, sagt er. Schließlich ist nach dem Gehen sein Zettel oft voll – und der muss abgearbeitet werden.

→ Autor Jürgen Scharf geht gerne joggen – und freut sich dabei am meisten auf das Ausgehen am Ende.

