

„Die Wand ist wie ein Puzzle“

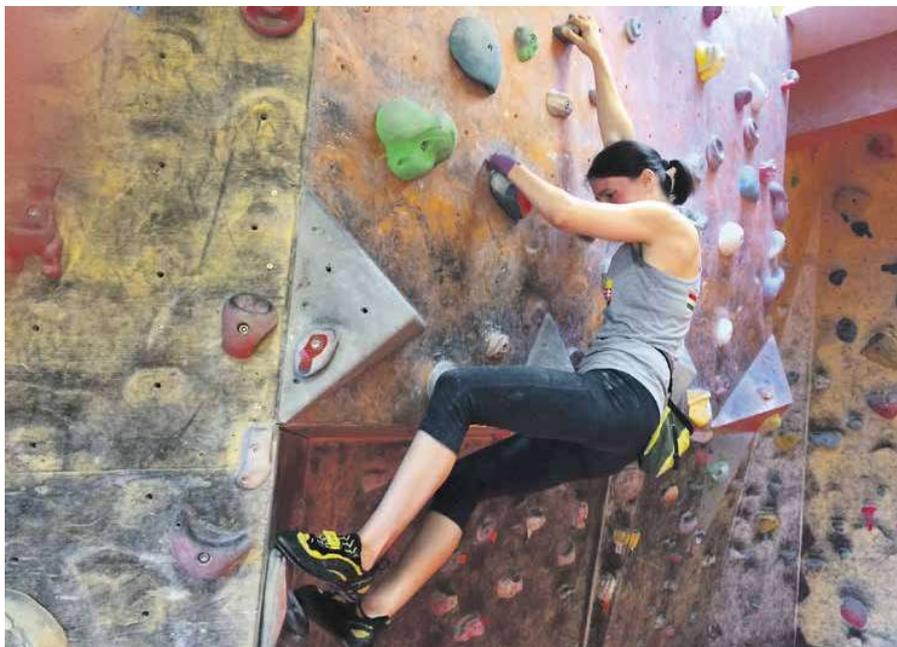
KLETTERN Die Ungarin Melinda Vigh wurde mit nur einer Hand geboren – trotzdem klettert sie Routen mit hohem Schwierigkeitsgrad. Sie genießt es, am Fels ihre ganz eigenen Lösungen zu finden. Gerade trainiert sie für die Paraclimbing-WM im September

AUS BERLIN PIA RAUSCHENBERGER

Von Weitem unterscheiden sich ihre Bewegungen nicht von denen der anderen Menschen an der Kletterwand. Aus den Beinen drückt sie sich nach oben, hängt mal am rechten, mal am linken Arm an den bunten Griffen. Ihre Schultern sind muskulös, ihr brauner Pferdeschwanz wippt hinter ihr her, wenn sie einen dynamischen Zug nach oben macht. Vor einer schweren Stelle schüttelt sie nacheinander ihre Arme aus.

Melinda Vigh, 34, ist leidenschaftliche Kletterin. Eins aber unterscheidet sie von anderen Kletterern: Sie hat nur eine Hand. Kurz unter ihrem Ellenbogen wird ihr linker Arm zu einem Stumpf mit drei Knubbeln, die wie sehr kleine Finger aussehen. Und noch einen Unterschied gibt es: Die meisten der anderen Sportler in der Kletterhalle klettern nur hobbymäßig; einige bereiten sich auch auf nationale Wettbewerbe vor. Melinda Vigh aber trainiert für die Paraclimbing World Championships in Paris im September, die Weltmeisterschaften im Klettern mit Behinderung. Am vergangenen Wochenende hat sie bei einem internationalen Paraclimbing-Turnier in Österreich den ersten Platz gemacht.

„Jeder Kletterer ist anders. Manche sind groß, manche sind klein, und ich habe eben diesen linken Arm“, sagt Vigh achselzuckend. „Klettern erfordert individuelle Lösungen.“ Und die findet sie. Vigh hat ihren linken Arm mit Tape umwickelt, damit die Haut nicht leidet, wenn sie ihn immer wieder auf Griffe über ihrem Kopf legt und sich daran hochzieht. Manchmal stützt sie ihren linken Arm auch wie ein Knie gegen die Wand und drückt sich daran hoch. Er



Hat durchs Klettern gelernt, auch ihrem linken Arm zu vertrauen: die Paraclimberin Melinda Vigh beim Training in Berlin Foto: privat

ist Teil ihres kraftvollen, ruhigen Kletterstils geworden.

Die junge Frau kommt aus Ungarn, lebt aber in Berlin. Seit ihrer Geburt hat sie diesen Arm, der ohne Tape zart und fragil aussieht. Natürlich sind dadurch manche Dinge komplizierter im Leben. Die Haustür aufmachen zum Beispiel, wobei sie gleichzeitig die Tür anziehen und den Schlüssel drehen muss. Da stehe sie dann oft minutenlang davor. Aber so war es für die Sportlerin eben schon immer. Und ihr linker Arm habe auch Vorteile:

„Klettern hilft mir dabei, die Perspektive zu wechseln“

MELINDA VIGH

„Wenn ich ein Marmeladenglas sauber machen will, ist er zum Beispiel sehr hilfreich. Ich kann einfach meinen Arm reinstecken. Eine Hand würde da nicht reinpassen.“

Melinda Vigh lacht viel. Besonders, wenn sie vom Klettern

spricht. Dann wirkt sie manchmal fast kindlich aufgeregt. „Ich finde Klettern ist wie ein Puzzle. Man muss die richtigen Lösungen finden. Und man muss oft kreativ sein.“ Seit sie klettert, hat die Sportlerin viel mehr Selbstbewusstsein gewonnen. Dass ihr das mal gefehlt haben könnte, kann man sich nur vage vorstellen. Sie ist eine, die deutlich sagt, was sie will. „Es gibt so viel positives Feedback von den Menschen, die mich klettern sehen. Ich genieße diese Aufmerksamkeit.“

Das sei auch ein Grund, warum sie bei den Weltmeisterschaften antreten wolle, gibt sie grinsend zu. Und sie möchte andere behinderte Menschen inspirieren. „Wenn ich nicht angefangen hätte zu klettern, hätte ich nie so viele Muskeln in meinem Arm aufbauen können“, sagt sie. „Und ich hätte nie gemerkt, wie viel ich damit eigentlich machen kann.“ Das sollen auch anderen Menschen mit Behinderung erfahren, findet sie.

Für die 34-Jährige bedeutet Klettern, dass sie ihren linken

Arm benutzen muss. „Am Anfang habe ich noch nicht so sehr auf ihn vertraut. Inzwischen hänge ich mein ganzes Gewicht an ihn. Dadurch bin ich insgesamt viel weniger einseitig geworden.“ Wenn sie spricht, verschränkt sie oft ihre Arme. Dann taucht ihr linker Arm unter ihrem rechten Arm ab. „Manche meiner Freunde finden, ich verstecke meinen linken Arm“, sagt sie. „Aber ich mache das schon viel weniger als früher.“

Melinda Vigh schreibt gerade an ihrer Doktorarbeit in Volkswirtschaftslehre. Wenn es damit nicht gut läuft, fährt sie in die Kletterhalle. Sie trainiert viermal pro Woche. „Klettern hilft mir, die Perspektive zu wechseln. Weil man das für schwere Routen braucht“, erklärt sie. „Das kann ich auch auf das Leben außerhalb der Kletterhalle übertragen.“ Sich auf seine Aufgabe zu konzentrieren und nach einem gescheiterten Versuch weitermachen – wichtige Eigenschaften im Sport wie im Leben.

Noch ist Klettern keine Sportart bei den Paralympics, das könnte sich aber bald ändern. So oder so möchte die Ungarin, dass beim Paraclimbing fairer bewertet wird. „Es gibt da eine Frau in den USA, die wirklich nur mit einem Arm klettert“, erzählt sie. „Nach heutigem Stand würden wir in derselben Kategorie bewertet, dabei kann ich meinen Arm so gut nutzen. Das ist doch unfair.“ In Berlin kennt sie keine anderen Menschen mit Behinderung, die regelmäßig klettern gehen. Einen Trainer hat sie auch nicht. Ihren Trainingsplan hat ein guter Freund für sie ausgearbeitet. Er scheint zu funktionieren. Vigh klettert Routen bis zum Schwierigkeitsgrad 8–. Für Amateurkletterer ist das eine Herausforderung. Aber Herausforderungen mag Melinda Vigh.

Sieger gegen fast alle Umstände

TOUR DE FRANCE Der eindeutige Sieger der diesjährigen Rundfahrt heißt Chris Froome. Seine Rivalen versäumten sämtliche Möglichkeiten des Angriffs. Auch unglückliche Verläufe konnten den Briten nicht aus dem Sattel holen

AUS PARIS TOM MUSTROPH

Chris Froome hat eine neue Sportart eingeführt, den Mehrdisziplinenkampf, bei dem er auch noch siegreich blieb. Er dominierte so sehr, dass man auf den Champs-Élysées eigentlich zwei Podien aufstellen müsste: eines in Form einer Triumphsäule. Und irgendwo daneben, in symbolischer Katzentischposition, zwei Treppchen für den Zweiten und den Dritten.

Dieses Arrangement würde das dreiwöchige Rennen ziemlich gut widerspiegeln. Denn seine sogenannten Rivalen attackierten Froome so gut wie nie. Der Franzose Romain Bardet wurde nach einer mutigen Aktion im Massiv des Mont Blanc nach vorn gespült. Er blieb aber weiter auf Sicherheitsabstand zu Froome. Am nächsten Tag, dem letzten in den Alpen, verzichtete der tags zuvor noch so mutige Bardet auf den Angriff auf die Spitzenposition.

Noch schlimmer fällt das Fazit für Nairo Quintana aus. Der Kolumbianer wurde in manchen Voranalysen schon als neuer Toursieger gefeiert. Der Kurs mit zahlreichen harten Bergetappen und wenig flachen Zeitfahrkilometern schien

wie gemacht für den Kletterer aus den Anden. Von Angriffen war bis auf zwei kleine harmlose Versuche am Mont Ventoux sowie eine Mitfahraktion am Le Bettez aber nichts zu sehen. „Mir geht es nicht gut. Ich habe keine Schmerzen, aber ich fühle mich unheimlich müde. Meine Beine reagieren nicht. Aber ich weiß auch nicht, was es ist“, so der Kolumbianer, der nach eigenen Angaben auch kurz davor war aufzugeben. Aber weil die anderen noch schlechter waren, reichte eine unterdurchschnittliche Performance zum Platz auf dem Podium. Das sagt viel aus über das sportliche Niveau dieser 103. Tour de France.

Dass das Rennen trotzdem kein langweiliges Unterfangen wurde, lag an den Umständen. Die forderten Froome zu echten Heldentaten heraus. Umstand Nr. 1 war seine Angst vor Konkurrenz. Ja, die hatte er wirklich. „Das wird die härteste Tour meines Lebens“, hatte er vorab prognostiziert. So klaubte er Sekunden hier, Sekunden da zusammen. In der Abfahrt etwa, und auch bei Seitenwind.

Diese neue Vielseitigkeit trug ihm viel Lob ein. Manchen verführte das aber auch zu der Hoffnung, dass Froomes Selbst-



Ein müder Gruß des Siegers: Chris Froome Foto: Reuters

Froome hätte in die Geschichte des Radsports eingehen können

bewusst sein an den Anstiegen nicht so ausgeprägt war wie sonst. Und dass er deshalb Zeitpolster anlegte.

Der Rennverlauf zeigte: Das alles war gar nicht nötig. Auch am Berg war er der Stärkste. In Schwierigkeiten brachten ihn allenfalls äußere Umstände: Der Sturz am Mont Ventoux aufgrund der Menschenmenge und des kreuzenden Motorrads. Dann das Ausrutschen auf der glitschigen Abfahrt auf den Flanken des Mont Blanc. Doch beides meisterte er. Auf

dem Mont Ventoux half ihm die Jury, die ihm anderthalb Minuten Rückstand schenkte, weil der Sturz eben von außen ausgelöst wurde. Am Mont Blanc zog ihn sein Teamgefährte Wout Poels hoch.

Die Jury-Entscheidung am Ventoux hätte er auch nicht gebraucht. Sein Vorsprung am Ende war fast drei Mal so groß wie die ihm dort geschenkte Zeit. Er hätte als mythischer Rennfahrer in die Geschichte des Radsports eingehen können. Als einer, der nicht nur den Elementen wie dem Regen trotzt, sondern dem auch fremdverschuldete Stürze nichts anhaben können.

In der Nacht nach der letzten Alpenetappe zeigte das französische Fernsehen eine Dokumentation der Tour 1975. Die gewann der Franzose Bernard Thévenet – und das nur, weil in den Bergen der Faustschlag eines Zuschauers auf die Leber des Rivalen Eddy Merckx den Belgier entscheidend geschwächt hatte. Merckx bekam damals keine Zeit geschenkt. Froome hat wegen einer Sky-hörigen UCI-Jury die Chance verpasst, in Sachen Heldenstatus sogar Merckx zu übertreffen – seine einzige Niederlage bei dieser Tour.

WAS ALLES NICHT FEHLT

Den Golfern Kritik wegen Rio-Absagen: Der deutsche Golfer Martin Kaymer hat die vielen Absagen seiner Kollegen für die Olympischen Spiele kritisiert. „Wir sind extrem verwöhnt in unserer Sportart“, so Kaymer. Rund 20 seiner Kollegen hatten für Rio abgesagt, darunter die Top 4 der Welttrangliste. Als Begründung zogen viele das Zika-Virus heran. Das sei aber eher „eine angenehme Ausrede“, so Kaymer. Ein solches Verhalten sei „für unsere Sportart extrem bitter“.

José Mourinho ein Verbot von Pokémon Go: „The Special One“ hat an neuer Wirkungsstätte bei Manchester United Ärger mit einer virtuellen Bedrohung: Offenbar begeistern sich seine Kinder allzu sehr für das Smartphone-Spiel Pokémon Go. Nun hat Mourinho das Spiel verboten, damit die Mannschaft sich endlich mal vernünftig auf die Spiele konzentriert.

Den DFB-Frauen Hoffnung auf Gold: Nach einem glänzenden 11:0-Sieg im Testspiel gegen Ghana fahren die deutschen Fußballerinnen optimistisch nach Rio. „Wir haben das Potenzial zu Gold“, so Bundestrainerin Silvia Neid. Für die 52-Jährige wird es die letzte Chance auf eine Medaille sein: Nach den Olympischen Spielen wird sie ihr Amt an Steffi Jones übergeben.