

Schnupperkurs mit Grenzerfahrung

Gegenbesuch Hannes Aigner schippert mit der Boxweltmeisterin durch den Eiskanal, Nikki Adler weist den Kanuten in den Faustkampf ein

VON PETER DEININGER

Hannes Aigner atmet schwer, sein T-Shirt ist schweißdurchtränkt, der Kanute lächelt ein wenig gequält. Als Olympia-Bronzemedaillengewinner im Kajak-Einer ist er zu Höchstleistungen fähig, aber dieses Training ist ganz anders als seine normale Vorbereitung. „Ich bin dieses Hin- und Herspringen nicht gewöhnt.“ Neben ihm steht Nikki Adler im Trainingszentrum des BC Haan in Lechhausen. Sie ist vierfache Profi-Weltmeisterin in der Klasse bis 76 Kilogramm und weicht Aigner in die Geheimnisse des Boxens ein. Seilhüpfen, Schattenboxen, Liegestütze – der Kajakfahrer erfährt hautnah wie sich Faustkämpfer auf ihre Kämpfe vorbereiten. Mit der Uhr in der Hand überwacht Adler die Übungen von Aigner. Es ist ein hartes Programm für den Slalomfahrer. „Irgendwann kann der Körper nicht mehr. Hannes soll ein Gefühl dafür bekommen, wie sich ein Boxer in der achten Runde fühlt“, sagt Adler.

Bei einem Treffen im Sommer am Eiskanal haben die beiden Spitzen-



Optisch sieht das schon professionell aus: Nikki Adler (vorne) und Hannes Aigner auf dem Eiskanal. Foto: Fred Schöllhorn

athleten beschlossen dem anderen die eigene Sportart näher zu bringen. Aigner fing an und packte Adler vergangene Woche in ein Zweierboot. Die Boxerin saß vorne, der

Kanute dahinter. Als Steuermann brachte Aigner seine Mitfahrerin sicher durch das Wildwasser der Olympiastrecke von 1972. „Viele versuchen sich reflexartig dagegen



Hannes Aigner hoch konzentriert: Nikki Adler zeigt ihm, worauf es im Boxen ankommt. Foto: Ulrich Wagner

zu stemmen, wenn man das Boot aufkantet. Sie hat dagegen richtig reagiert“, lobt der Spezialist seine Mitfahrerin. Eine Sorge von Nikki Adler war unbegründet. „Bitte, bitte

– nicht tauchen“, hatte sie sich vor dem Bootstrip gewünscht und Hannes Aigner verzichtete dann auch auf die Eskimorolle im kalten Wasser. „Es hat großen Spaß ge-

macht“, sagt die Boxweltmeisterin. „Die Torstangen haben allerdings gestört. Ich habe einige an den Kopf bekommen“, erzählt sie lächelnd, bevor sie in den Ring steigt.

Einstecken und Austeilen ist die 28-Jährige gewöhnt. Aigner soll ohne blaues Auge davon kommen. „Er war auf dem Wasser nett zu mir, deshalb bin ich es auch“, versichert sie. Sie zeigt ihrem Trainingspartner was nötig ist, damit die Handschuhe perfekt sitzen. Er bekommt ein Zehn-Unzen-Paar, sie zieht die weicheren 12-Unzen-Exemplare an. Nach 90 Minuten hat es Aigner überstanden – ohne ernsthafte Schäden. „Nur einen kräftigen Muskelkater werde ich sicher bekommen“, ist er überzeugt, denkt aber darüber nach Fitnessboxen als Abwechslung in den Trainingsbetrieb zu integrieren.

Mitte November fliegt der Kajakfahrer mit der Nationalmannschaft zu den vorolympischen Spielen nach Rio de Janeiro. Nikki Adler bereitet sich auf ein Trainingslager in Österreich vor. Die mehrfache Weltmeisterin Cecilia Braekhus hat sie zum Sparring nach Kitzbühel eingeladen.