

«Drücken, drücken, drücken»

Dank des dritten Rangs an den Schweizer Meisterschaften konnte Arm-Wrestler Gjemali Hazer an der WM teilnehmen



Herisau. Der 32-jährige Gjemali Hazer hat zwei starke Arme. Anfang des Monats nahm der Herisauer mit kosovarischen Wurzeln an seiner ersten Arm-Wrestling-Weltmeisterschaft teil – mit beachtlichem Erfolg: Mit Links wurde er 15., mit rechts 16.

David Scarano

Arm-Wrestling oder Armdrücken hat seit Sylvester Stallones Kassenschlager «Over the top» Ende der 1980er-Jahre auch in Europa viele Anhänger. Überall wurden Vereine gegründet. Gjemali Hazer lebte damals noch im Kosovo, das Armdrücken sagte ihm noch nichts. Erst im Jahr 2000, als er bereits in der Ostschweiz lebte, wurde er auf die Sportart aufmerksam. Durch Zufall. «Ich sah ein Plakat, das einen Arm-Wrestling-Showkampf ankündigte, und dachte mir: Warum nicht, ich probiers mal aus», erinnert sich der heute 32-Jährige. Fortan nahm er häufig an Plausch-Wettkämpfen teil. Schnell merkte er, dass er ein gewisses Talent fürs Armdrücken besass. Er wurde an den Plausch-Turnieren regelmässig Erster und Zweiter. Hazers Begabung blieb nicht unbemerkt. Schliesslich wurde er 2005 von Claudio Biderbost, Trainer bei der Armsport-Gruppe Ricken, angesprochen und «rekrutiert». Seither ist Gjemali Hazer Vereinsmitglied.

Trainiert in Wattwil

Im Wattwiler Verein, dem einzigen seiner Art in der Region, wurden Gjemali Hazer Technik, Taktik und gezieltes Krafttraining beigebracht. Und er lernte schnell: Nach wenigen Monaten

löste er die Lizenz und nahm an den Schweizer Meisterschaften teil. Er wurde auf Anhieb Sechster. Ein Jahr später schaffte er gar den Sprung aufs Podest. Mit seinem dritten Rang löste er auch das Ticket für die Weltmeisterschaften, die vor wenigen Wochen im bulgarischen Veliko Turnovo stattfanden. Auch in Bulgarien schlug sich der 32-Jährige bravourös. Er belegte in der Kategorie bis 70 Kilogramm mit dem rechten Arm den 16., mit dem linken den 15. Platz. An den Turnieren werden in den Gewichtskategorien jeweils zwei Wettkämpfe durchgeführt, einmal mit Links und einmal mit Rechts. Die Rechts-Kategorie genießt das höhere Ansehen, weil sie umkämpfter ist.

Zufrieden mit WM

Mit seiner WM-Premiere ist Gjemali Hazer zufrieden. «Ich wollte je einen Match gewinnen und das habe ich auch», sagt er. Mit Links schlug er einen US-Amerikaner, mit Rechts einen Japaner. Gegen Gegner aus den gleichen Nationen schied er dann aus. Seine Bilanz mit insgesamt zwei Siegen und vier Niederlagen kann sich für einen Neuling sehen lassen. Es sei eine andere Liga, er müsse halt noch viel dazu lernen, erklärt er. Vor allem mental müsse er noch zulegen. Im Wrestling sind nicht nur starke Ober- und Unterarme matchentscheidend. Meistens gewinnt jener, der im richtigen Moment die Leistung abrufen kann.

Grosser Trainingsaufwand

Arm-Wrestling ist für Gjemali Hazer zurzeit neben der Familie alles. Er investiert pro Woche mehr als zehn Stunden in sein Hobby. Zweimal wöchentlich fährt er nach Wattwil. Das Training im Toggenburg beschreibt er so: «Drücken, drücken, drücken.» Zusätzlich zu den internen Arm-Wrestling-Matches gegen Sparringpartner, bei denen an der Taktik und Technik geschliffen wird, geht der Herisauer fast täglich in den Fitnessraum. Auf dem Programm steht meistens Armtraining, sowohl für den Ober- wie auch für den Unterarm. Die Armbeugen mit den 30-Kilogramm-Hanteln vollzieht er blitzschnell. Denn gefragt ist im Arm-Wrestling die Schnelligkeit. «Ein Match dauert selten länger als eine Sekunde», sagte er.

Als die stärkere Seite bezeichnet er seinen rechten Arm. Trotzdem ist sein Bizeps-Umfang mit 42 Zentimeter links einen Zentimeter grösser als rechts.

Im Kosovo geboren

Gjemali Hazer ist im Kosovo geboren und aufgewachsen. Mit 18 Jahren folgte er seinen Eltern in die Schweiz; sie hatten sich in St. Gallen niedergelassen. Seit nunmehr zehn Jahren wohnt er in Herisau. Er ist verheiratet mit Behia und Vater zweier Knaben, Attila (1,5 Jahre alt) und Lorik (5). Der gelernte Bäcker arbeitet zurzeit als Galvaniker. Seine Eltern sind vor ein paar Jahren in die alte Heimat zurückgekehrt. Gjemali Hazer besucht sie jährlich zweimal. Mit Kosovo fühlt sich Gjemali Hazer immer noch stark verbunden. Eine Rückkehr will er nicht ausschliessen, doch sie sei eher unwahrscheinlich. Hingegen hat er sich zum Ziel gesetzt, in seinem Heimatland irgendwann einen ersten Arm-Wrestling-Verein zu gründen.

Und auch persönlich hat er sich für die kommenden Jahre einiges vorgenommen: Er will 2008 wieder an der Weltmeisterschaft teilnehmen. Dies wäre nur ein erster Schritt zu seinem eigentlichen Ziel: «Irgendwann will ich Weltmeister werden.»