

Nicht auf dem Holzweg: Sandra Stöckli trainiert pro Woche rund 15 bis 20 Stunden für ihre grossen Ziele: «Ich war schon als Kind im Turnunterricht sehr ehrgeizig.»



+ Eine Disziplin von Swiss Cycling

Das Internationale paralympische Komitee (IPC) organisierte 1994 die ersten Paracycling-Weltmeisterschaften. 2002 unterzeichneten der Radsport-Weltverband UCI und das IPC eine Vereinbarung zur Eingliederung von Paracycling ins UCI-Programm. 2024 in Zürich starten die Handbiker im Rahmen der UCI-WM. Für Sandra Stöckli ist dies schon jetzt ein grosses Ziel: «So erhalten wir eine ganz neue Plattform». Altersmässig kommt der Anlass für sie im idealen Moment. Die besten Handbiker sind zwischen 40 und 50 Jahre alt.

Arbeitspensum auf 20 Prozent reduzieren. Und sie stellt klar: «Ich erhalte keine IV-Rente».

Aus ihrer Stimme ist die Leidenschaft der Spitzenathletin zu hören, ihre Augen leuchten förmlich vor Tatendrang. Vor ein paar Wochen wurde sie zum ersten Mal Schweizer Meisterin im Strassenrennen. Stolz präsentiert sie das rote Trikot mit dem weissen Kreuz: «Es ist das gleiche wie im Radsport. Dieses Shirt verpflichtet», sagt sie und lacht herzlich. Dabei hätte Stöckli durchaus Grund, Trübsal zu blasen. Im Alter von 15 Jahren wurde sie vom Schicksal hart zu Boden geworfen – im wahrsten Sinn des Wortes. Derart unglücklich fiel sie von der Sprossenwand, dass sie nicht mehr aufstehen konnte. «Gelähmt ab dem ersten Lendenwirbel» war die niederschmetternde Diagnose.

Ihr Leben sei von einem Moment auf den nächsten plötzlich ein «grosser Scherbenhaufen» gewesen, sagt sie nun mit leiser

Hightech: Mit dem Handbike erreichen die Athletinnen im Flachen Tempi von bis zu 35 Stundenkilometern: «Dies ist quasi das Rennvelo für Rollstuhlfahrer», sagt Sandra Stöckli.

Stimme. Und führt bildlich aus: «Ich stand in einem unendlich langen stockdunkeln Tunnel – ohne Hoffnung auf einen Lichtschimmer. Es war die schlimmste Zeit in meinem Leben.» Die Zuversicht sei mit der Rehabilitationsphase im Paraplegiker-Zentrum in Nottwil zurückgekommen: «Dort wurde ich von Fachleuten aus allen Bereichen unterstützt: Ärzten, Psychologen, Therapeuten.» Das wichtigste aber sei der Support ihrer Eltern gewesen: «Ohne sie hätte ich das nicht geschafft.» Auf die Frage, ob sie nie ans Aufgeben gedacht habe, wird sie nachdenklich: «Diese Gedanken kamen – aber nur für kurz. Ich bin sehr dankbar, dass mir Nottwil die Chance gegeben hat, mich zurückzukämpfen. Aber hochkommen, musste ich letztlich aus eigener Kraft.»

Der Sport spielte dabei eine wichtige Rolle. Stöckli begann als ambitionierte Rennrollstuhlsportlerin. Doch ein Rippenbruch zwang sie zum Umsatteln aufs Handbike – zuerst nur trainingshalber, später im Wettkampf. 2014 fuhr sie ihre erste Saison im Radsport, 2015 nahm sie an den WM in Nottwil teil – 2016 folgte der erste grosse Höhepunkt. Dank einer Podestklassierung im Weltcup schaffte sie die Qualifikation für die Paralympics in Rio de Janeiro: «Olympia als Sportlerin zu erleben, hat bei mir alle Vorstellungen gesprengt». Ein paralympisches Diplom war der Lohn für ihren Aufwand. Der Dank geht an ihr Umfeld und ihr Team mit Trainer Lorenz Leuthold und vor allem dem Support von Ehemann Remo: «Er hält mir organisatorisch und logistisch den Rücken frei – hilft mir in der Managementarbeit.»

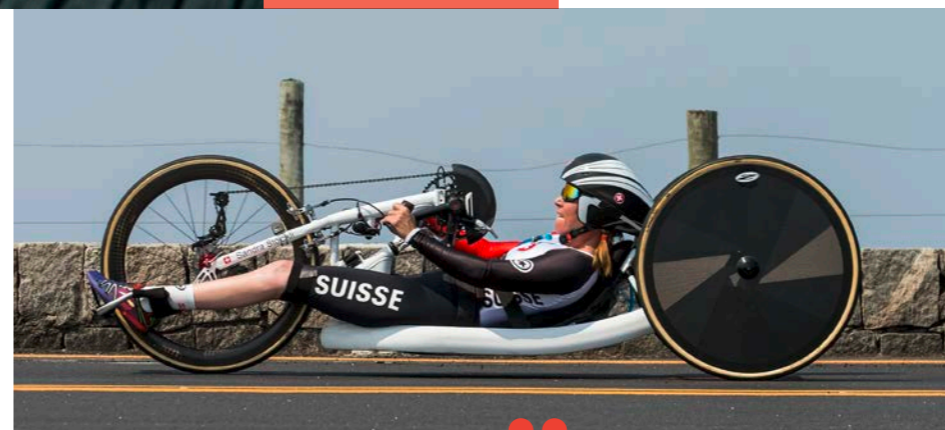
Als Handbikerin ist Sandra Stöckli im Radsportverband Swiss Cycling eingebettet, ihre partnerschaftliche Verbindung mit Cornèrcard bringt sie regelmässig mit Athleten wie den Mountainbike-Champions Nino Schurter und Jolanda Neff zusammen. Akzeptanzprobleme spüre sie in diesem Umfeld keines – im Gegenteil: «Nichthandicapierete Spitzensportler können unsere Leistungen wohl noch besser einschätzen.» Spätestens im kommenden Jahr soll dies auch für die breite Öffentlichkeit gelten. Mit der WM in Belgien und den Paralympischen Spielen in Tokio stehen die nächsten grossen Highlights bevor. Vorderhand hält sich die Schweizerin mit ihren Ansprüchen noch zurück: «Ich würde alles dafür geben, in Tokio nur schon am Start zu sein.» Mit dem fünften Platz im WM-Strassenrennen von 2018 setzte sie den Massstab aber selber. Und wer ihr zuhört und sie beim Training beobachtet, ist sich fast sicher: Sandra Stöckli kann auf dem Handbike auch auf die grössten Podeste fahren – und Mitten in die Herzen der Schweizer Fans. ©

DIE KÄMPFERIN

Wie **SANDRA STÖCKLI** einen schweren Schicksalsschlag überwand und wie sie mit den Händen in die Weltspitze pedalt. Die beeindruckende Begegnung mit einer aussergewöhnlichen Frau.

RAPPERSWIL-JONA AM OBEREN ZÜRICHSEE. Die Boote schaukeln im sanften Wellengang. Das gekräuselte Wasser reflektiert das matte Sonnenlicht. Am bewölkten Himmel kreist eine Möwe. Regen liegt in der Luft. Sandra Stöckli liefert den atmosphärischen Kontrast. Die junge Frau strahlt übers ganze Gesicht: «Ich lache fast immer», sagt sie und rollt mit ihrem Handbike über die Holzbrücke in Richtung Hurden. Die 34-jährige St. Gallerin gehört zu den erfolgreichsten Behindertensportlerinnen des Landes – wobei sie an diesem Punkt schnell relativiert: «Es geht nicht um die Behinderung. Es geht um die Leistung.» Und

dies sind in ihrem Fall keine leeren Worte. Das Handbike ist quasi das Rennvelo für Rollstuhlfahrer. Die Sportlerin liegt in der Rennmaschine und bedient die Pedalen mit den Händen: «Im Flachen sind wir mit 33 bis 35 Stundenkilometern unterwegs. Bergab erreichen wir Tempi von bis zu 90 km/h», erklärt Stöckli. Bergauf schafft sie Steigungen von bis zu 20 Prozent. Im Training überquert sie etwa die Schwägalp oder den Kunkelsspass: «Ich liebe, was ich mache und weiss, dass es ein Privileg ist, den Sport unter praktisch professionellen Bedingungen auszuüben.» Dank Partnern wie ihrem Kopfsponsor Cornèrcard konnte Stöckli ihr



“ ICH LIEBE, WAS ICH MACHE UND BIN IN EINER PRIVILEGIERTEN SITUATION, EIN LEBEN ALS SPITZENSPORTLERIN ZU FÜHREN “

FOTOS: