

Neue Zürcher Zeitung

Stefan Küngs Leistung an der Tour de Suisse kann Signalwirkung haben

Der Schweizer Zeitfahren-Spezialist bringt in den Bergen die Szene zum Staunen. Jahrelang herrschte im Radsport die Meinung vor, wer schnell sein wolle, müsse vor allem leicht sein. Nun häufen sich die Argumente gegen den Magerwahn.

Sebastian Bräuer, Vaduz

19.06.2022, 19.15 Uhr



Stefan Küng glaubte jahrelang, dass er an längeren Aufstiegen nicht konkurrenzfähig sei. Heuer traut er sich plötzlich mehr zu.

Gian Ehrenzeller / Keystone

Remco Evenepoel triumphierte beim abschliessenden Zeitfahren der Tour de Suisse, Geraint Thomas wurde Zweiter und gewann die Gesamtwertung. Beide nahmen sich in ihren Siegerinterviews Zeit, verblüfft und beinahe euphorisch über Stefan Küng zu sprechen, den Dritten des Tages. «Sehr

eindrücklich für jemanden mit seiner Grösse und mit seinem Gewicht, Chapeau», sagte Evenepoel. «Es ist unglaublich, was er diese Woche gezeigt hat», meinte Thomas. «Er ist ein Schweizer Indurain!»

Natürlich wunderten sich die beiden Velostars nicht über Kungs Abschneiden im Kampf gegen die Uhr in Vaduz, wo er nach der Hälfte der Strecke sogar in Führung gelegen hatte. Im Zeitfahren ist der Schweizer seit Jahren Weltklasse. Evenepoel und Thomas staunten, dass Küng auch im Hochgebirge fast keine Zeit auf die Besten verlor.

Der Spanier Miguel Indurain, auf den sich Thomas bezog, war ebenfalls ein grosser und schwerer Zeitfahren-Spezialist, der herausragend klettern konnte. Doch das ist lange her, Indurain trat 1996 als fünffacher Tour-de-France-Sieger zurück. Im vergangenen Jahrzehnt prägten vor allem Fahrer wie Chris Froome die Szene. Indem der Brite oft so ausgemergelt an der Landesrundfahrt in Frankreich erschien, als habe er wochenlang gefastet, anschliessend aber allen davonfuhr, löste er einen gefährlichen Trend aus.

Etliche Fahrer versuchten, schneller zu werden, indem sie ihr Gewicht reduzierten. Nur wenige scheiterten so dramatisch wie der Deutsche Dominik Nerz, der magersüchtig wurde und seine Karriere früh beenden musste. Aber viele büssten für die Bemühungen. Der Luxemburger Bob Jungels war beispielsweise einer der stärksten Spezialisten für Eintagesrennen, 2018 gewann er das Monument Lüttich–Bastogne–Lüttich. Dann versuchte er, sich zum Klassement-Fahrer zu wandeln, doch die Bilanz ist bis jetzt dürftig.

Dem grassierenden Magerwahn widersetzt

Stefan Küng besitzt zu Hause keine Waage. Während eines Gesprächs im April, nach starken Auftritten an den hügeligen belgischen Classiques, sagte der Frauenfelder: «Vielleicht bin ich ein bisschen leichter als in anderen Jahren. Aber ich kann es nicht mit Gewissheit sagen.»

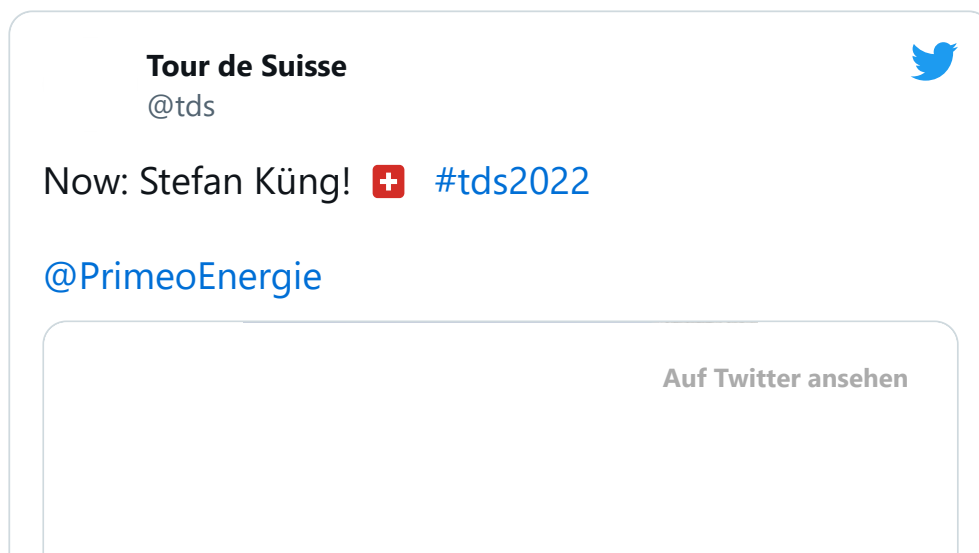
Was nicht bedeutet, dass er nachlässig mit der Ernährungsthematik umginge. Kungs Team FDJ plant die Energiezufuhr in den Rennen und im Training akribisch, hinter jedem aus dem Auto gereichten Gel und hinter jedem Bidon-Inhalt stecken wissenschaftliche Überlegungen.

Doch Küng hat sich dem zeitweise grassierenden Magerwahn stets widersetzt. «Die Denkweise, dass man schneller fährt, wenn man zwei Kilo leichter ist, halte ich für problematisch», sagte er im April. Junge Fahrer würden von der ständigen Wiederholung dieses Credos in unguter Weise beeinflusst. Während der Saison sei es kaum möglich, den Kalorienbedarf zu decken. Wer sich einmal in eine Mangelsituation begeben, könne diese kaum wieder ausgleichen.

Jahrelang hatte Küng selbst nicht geglaubt, an längeren Anstiegen konkurrenzfähig zu sein. In diesem Jahr merkte er auf einmal, dass er sich mehr zutrauen darf. Trotz seiner Körpergrösse von 1 Meter 93 und trotz seiner Muskelmasse, die ihn im Zeitfahren zu Grossem befähigt. Schon im März, an der Fernfahrt Paris–Nizza, überraschte sich Küng selber.

An der Tour de Suisse kam ein ungewöhnlicher psychologischer Effekt hinzu. Bereits auf den Beginn der

Rundfahrt hatten die Ärzte den voraussehbaren Geburtstermin von Küngs Sohn terminiert. Der Radprofi stellte sich darauf ein, im Laufe des Rennens auszusteigen, damit er die Geburt im Frauenfelder Spital nicht verpasst, und sagte sich: «Weil jeder Tag mein letzter sein könnte, gebe ich jeden Tag alles.» Mit dieser Einstellung verschob er Grenzen, die er sich jahrelang selbst gesetzt hatte.



Die Strecke kam Küng überhaupt nicht entgegen. Anders als üblich umfasste sie nur ein Zeitfahren. Nicht nur die beiden Bergankünfte auf der Moosalp und in Malbun waren Angelegenheiten für Kletterspezialisten. Auch sämtliche anderen Etappen enthielten selektive Anstiege, auf den Teilstücken eins und fünf entwickelten sich ebenfalls kräftezehrende Ausscheidungsrennen. Matti Breschel, ehemaliger Profi und derzeit Sportdirektor im Team Education First, sagte vor dem Start: «Es ist wohl die schwerste Tour de Suisse seit 2006.»

Küng liess sich davon nicht beeindrucken und wurde Gesamtfünfter. Mit etwas mehr Unterstützung durch seine

Teamkollegen Thibaut Pinot und Sébastien Reichenbach in den Bergen wäre mindestens Rang vier drin gewesen.

Der letzte Schweizer, der die Landesrundfahrt gewann, war Fabian Cancellara 2009. Er war ein ähnlicher Fahrertyp wie Küng. In jenem Jahr war Armin Meier für das Rennen verantwortlich, gleichzeitig auch Cancellaras Manager. Zufall oder nicht: Die Strecke war 2009 aussergewöhnlich leicht, sie kam Cancellara entgegen.

Heute heisst der Renndirektor Olivier Senn, und er ist gleichzeitig der Manager von Küng. Gemäss eigener Aussage schliesst er aus, in den kommenden Jahren einen Parcours zu planen, der seinem Athleten einen Sieg erleichtern könnte. So etwas werde unter ihm nicht passieren, beteuert er.

Auch der Triathlet Blumenfelt stellt Gewissheiten infrage

Vielleicht wird Küng ein Rennen wie die Tour de Suisse nie gewinnen. Er dürfte sich weiterhin auf Zeitfahren und Classiques konzentrieren. Doch er hat aufgezeigt, dass physische Grenzen relativ sind. Das könnte sogar über den Profi-Radsport hinaus Signalwirkung entfalten, gerade auch in den Amateurbereich hinein.

Zumal in einer verwandten Sportart, dem Triathlon, der Norweger Kristian Blumenfelt auf noch spektakulärere Weise vermeintliche Gewissheiten infrage stellt. Er dominiert das Geschehen von der olympischen Distanz bis zum Ironman. Blumenfelts Körperbau ist für einen

Ausdauersportler massiv. Bei einer Grösse von 1 Meter 77 schwanken seine Gewichtsangaben von 73 bis 77 Kilo.

Auch Blumenfelt soll einmal versucht haben, ein wenig leichter zu werden. Das berichtet Dan Lorang, der mit dem Deutschen Jan Frodeno einen Rivalen trainiert und auch die Radprofis aus dem Team Bora betreut. Laut Lorang ist der Versuch bewusst wieder abgebrochen worden.

«Gewichtsabnahme hat Konsequenzen, es geht auch Muskelmasse verloren», sagt der Trainer. «Dieses Risiko wollen die Norweger nicht eingehen.»

Blumenfelt setzt auf seine enormen Kraftreserven, und der Erfolg gibt ihm recht. Gerade im Laufen, wo das Gewicht prinzipiell eine noch grössere Rolle spielt als auf dem Rad, kann derzeit kaum ein Triathlet mit ihm mithalten.

Lorang weist darauf hin, dass sich Erkenntnisse aus Blumenfelts Leistungen nur eingeschränkt auf den Radsport übertragen liessen. An einem Ironman seien keine Maximalleistungen zu erbringen, es gehe um gleichmässige Belastungen über mehrere Stunden. Radprofis müssen ständige Tempowechsel verkraften können.

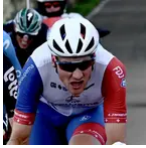
Und doch beobachtet der Trainer, dass sich der Trend langsam zu wenden scheint. Er erwähnt den steilen Aufstieg Evenepoels. Auch der belgische Jungstar ist etwas schwerer, als in den letzten Jahren von Kletterern erwartet wurde. Doch er hat schon mehrfach bewiesen, in den Bergen mit den Besten mithalten zu können.

An der Tour de Suisse blieb Evenepoel, bevor er das Zeitfahren gewann, unter den Erwartungen. Am Abend in Vaduz sprach er selbstkritisch und nachvollziehbar über taktische Fehler, aus denen er viel gelernt habe. Evenepoel ist erst 22. Sollte er einmal eine dreiwöchige Rundfahrt gewinnen, könnte das einer noch jungen Erkenntnis weiteren Schub verleihen. Das Gewicht eines Ausdauersportlers ist wichtig. Doch es gibt Leistungsfaktoren, die viel entscheidender sind.

Rad. 85. Tour de Suisse. 8. Etappe, Einzelzeitfahren in Vaduz (25,6 km): 1. Remco Evenepoel (BEL) 28:26 (54,021 km/h). 2. Geraint Thomas (GBR) 0:03 zurück. 3. Stefan Küng (SUI) 0:11. 4. Daniel Martinez (COL) 0:28. 5. Bob Jungels (LUX) 0:33. 6. Maximilian Schachmann (GER) 0:39. 7. Felix Grossschartner (AUT) 0:55. 8. Neilson Powless (USA) 0:59. 9. Jakob Fuglsang (DEN) 1:02. 10. Dylan van Baarle (NED) 1:05. 11. Sergio Higuita (COL) 1:17. – 24. Michael Schär (SUI) 1:45. 25. Sébastien Reichenbach (SUI) 2:06. 31. Simon Vitzthum (SUI) 2:18. 34. Robin Froidevaux (SUI) 2:27. 43. Tom Bohli (SUI) 2:41. 45. Johan Jacobs (SUI), gleiche Zeit. 46. Roland Thalmann (SUI) 2:42. 49. Yannis Voisard (SUI) 2:49. 53. Matthias Reutimann (SUI) 2:54. 59. Simon Pellaud (SUI) 3:13. 69. Matteo Badilatti (SUI) 4:24. – *Aufgegeben:* Ilan van Wilder (BEL/Sturz). – *Nicht am Start:* u. a. Peter Sagan (SVK), Daryl Impey (RSA).

Schlussklassement (8/8): 1. Thomas 33:07:09. 2. Higuita 1:12 zurück. 3. Fuglsang 1:16. 4. Powless 2:10. 5. Küng 2:25. 6. Jungels 2:59. 7. Grossschartner 3:37. 8. Martinez 3:39. 9. Domenico Pozzovivo (ITA) 3:42. 10. Schachmann 3:45. 11. Evenepoel 4:04. 12. Reichenbach 4:10. Ferner: 24. Thalmann 27:08. 33. Schär 42:55. 35. Voisard 45:57. 41. Badilatti 59:35. 45. Pellaud 1:02:09. 57. Vitzthum 1:23:36. 64. Reutimann 1:35:25. 65. Jacobs 1:36:26. 70. Froidevaux 1:47:23. 74. Bohli 1:57:34.

Passend zum Artikel



Der Radprofi Stefan Küng hat Gelassenheit gelernt – auch darum steigen seine Chancen beim Monument Paris–Roubaix

16.04.2022



INTERVIEW

Der Schweizer Radprofi Stefan Küng blickt zurück aufs letzte Jahr: «Ich bin eher der Typ, der sich abkapselt»

04.01.2020



Tour de Suisse Women: Die Kulisse glänzt – doch der Schweizer Frauenradsport leidet an ungelösten Problemen

18.06.2022



Mehr von Sebastian Bräuer (smb) >



Thibaut Pinot ist auferstanden – er gewinnt die Königsetappe der Tour de Suisse

18.06.2022





Der Tour de Suisse droht wegen des Coronavirus der Abbruch

17.06.2022



Im Radsport grassiert die Abstiegsangst: Die Zukunft ganzer Teams steht auf dem Spiel

16.06.2022



Die Bundesanwaltschaft ist in Erklärungsnot: Der ehemalige Chefermittler im Verfahren gegen Blatter und Platini soll gelogen haben

14.06.2022



Er hatte grundlos geweint – nun bietet die Tour de Suisse dem Radstar Remco Evenepoel eine würdige Bühne

12.06.2022



Mehr zum Thema Tour de Suisse >

Thibaut Pinot ist auferstanden – er gewinnt die Königsetappe der Tour de Suisse

18.06.2022



Der Tour de Suisse droht wegen des Coronavirus der Abbruch

17.06.2022



Weshalb die Schweizer Armee an der Tour de Suisse nicht mehr für die Verkehrssicherheit in Liechtenstein aufkommen darf

17.06.2022



Im Radsport grassiert die Abstiegsangst: Die Zukunft ganzer Teams steht auf dem Spiel

16.06.2022



Er hatte grundlos geweint – nun bietet die Tour de Suisse dem Radstar Remco Evenepoel eine würdige Bühne

12.06.2022



Radsport zum Einschlafen – auf der Königsetappe der Tour de Romandie sorgt nur eine Slapstick-Einlage für Unterhaltung

30.04.2022



Für Sie empfohlen >

KURZMELDUNGEN

Polizei-News aus Zürich: Raser fährt mit 208 km/h auf der Autobahn +++ Uster: Kuh steht plötzlich im Garten

Aktualisiert vor 2 Stunden



Nach Absage wegen Corona-Infektion: Rolling-Stones-Konzert in Bern wird doch nicht nachgeholt

Aktualisiert 20.06.2022



Die wichtigsten Daten und Fakten zum Coronavirus weltweit in Grafiken

Aktualisiert 20.06.2022



KURZMELDUNGEN

Kultur: Antisemitisches Werk von Taring Padi an der Documenta wird nach Protesten abgedeckt +++

Aktualisiert vor 8 Minuten



Leise Strassen: Der Kanton Zürich soll sich den Aargau zum Vorbild nehmen und den Einsatz von Flüsterbelägen prüfen

20.06.2022



DIE NEUESTEN ENTWICKLUNGEN**Fifa-Prozess in Bellinzona: Platini-Anwalt fordert Freispruch****Aktualisiert** 20.06.2022

«Akute Darmepidemie» in Nordkorea breitet sich aus**Aktualisiert** 20.06.2022

So verbreiten sich die Affenpocken weltweit – das Wichtigste in Zahlen und Grafiken**Aktualisiert** 20.06.2022

Copyright © Neue Zürcher Zeitung AG. Alle Rechte vorbehalten. Eine Weiterverarbeitung, Wiederveröffentlichung oder dauerhafte Speicherung zu gewerblichen oder anderen Zwecken ohne vorherige ausdrückliche Erlaubnis von Neue Zürcher Zeitung ist nicht gestattet.