

Badener Zeitung

UNABHÄNGIGE WOCHENZEITUNG FÜR STADT UND BEZIRK BADEN

Comeback zurück ins Leben Bruckberger: „Muss das Unmögliche versuchen“

seine Unterarme, die gute Ausdauer hatte er aber schnell wieder gewonnen. „Der Körper hat so etwas wie einen Memory-Effekt. Natürlich ist es auch leichter, wie wenn man zuvor gar nichts gemacht hat“. Das unterschied ihn auch von vielen anderen Patienten mit ähnlichem Schicksal. Diese betrieben Sport nur so lange, bis sich ein gewisser Status quo eingestellt hatte, Bruckberger wollte sich damit aber nicht zufrieden geben. „Meine große Angst ist der Stillstand, den möchte ich nie wieder erleben. Je mehr ich mache, desto besser geht es mir. Sport bedeutet für mich Freiheit“, erklärt Bruckberger, möchte aber gleichzeitig betonen: „Ohne die Unterstützung meiner Frau hätte ich das alles nicht geschafft.“

Österreichischer Rekord

Und so schafft er es, bei der Europameisterschaft in Oxford in gleich drei Disziplinen an den Start zu gehen: ein Einzelzeitfahren, ein Radrennen mit Massenstart sowie 5km athletisches Gehen. Mit den Plätzen 11, 10 und 5 landete er nicht nur in allen drei Bewerben im Spitzenfeld, über die 5km stellte er mit 39:34min sogar einen neuen österreichischen Rekord auf. „Ich habe das abgerufen, was derzeit in mir steckt und ich bin voll zufrieden, besser konnte es nicht laufen“, freute sich der 56-Jährige,



Helmut „Brucki“ Bruckberger bei der EM in Oxford. Foto: z.V.g.

der tagtäglich an seiner Form arbeitet. Diese ist mittlerweile so gut, dass diese laut ärztlicher Untersuchung 105 Prozent seines Altersschnitts beträgt - von kerngesunden Menschen versteht sich. Bruckberger setzte sich aber neue Ziele, nahm weitere 10 kg ab und möchte weiter schauen, was noch körperlich möglich ist.

100km im Visier

Da Gehen muskulär am einfachsten ist, meldete er sich für einen 55 km Marsch an, schaffte diesen in knapp unter 10 Stunden, später einen weiteren in 9:07 Stunden und umrundete den Wolfgang See beim 27km langen Wolfgang See Lauf in 4:25 Stunden. „Warum ich das gemacht habe? Um auch anderen Mut zu machen, dass man auch nach schweren Krankheiten zwar mit Einschränkungen, aber doch durchaus wieder

leistungsfähig sein kann“, erklärt Bruckberger, der bereits weitere Pläne schmiedet. 2023 möchte er gleich neun Bewerbe bestreiten, sogar mehr als vor der Krankheit. „Jetzt hab ich ja mehr Zeit zum Trainieren“, scherzt der Tribuswinkler. Der Höhepunkt soll ein 100km Marsch im Juli in Deutschland sein, bei dem „Brucki“ unter 20 Stunden bleiben möchte. Zwei Jahre später würde er bei der WM in Deutschland gern eine Top-5-Platzierung für Österreich holen. Ob das alles nach der Krankheit gesund ist? „Die Ärzte sagen ja“, erklärt Brucki, der sich zwei Mal im Jahr durchchecken lässt und sein neues zweites Leben genießt. „Das ist ein intensives Glücksgefühl. Was früher berufliche Erfolge für mich waren, sind jetzt die sportlichen.“

W.Gams