

«Ich träume nie vom Absturz»

Ob als Hochseilartist, als Extremsportler oder mit einem Weltrekord – Ausnahmetalent Freddy Nock will im Leben hoch hinaus. Ein Gespräch über Phobien, Kontrolle und den Unterschied zwischen Mut und Dummheit.

Interview: Ruth Hafen



Freddy Nock, erinnern Sie sich noch an Ihr erstes Mal auf dem Seil?

Ich war vier und ging an der Hand meines Vaters. Bald konnte ich ohne Hilfe die Balance halten und bin alleine übers Seil gegangen. Mit fünf Jahren durfte ich dann schon im Zirkus mitmachen, auf dem 2,50 Meter hohen Seil.

Wie trainieren Sie Ihre innere Balance – meditieren Sie?

Nein. Wenn ich einen Rekord vorbereite, habe ich keine Zeit zum Meditieren. Ich bin kein Kunstturner, der vor seinem Auftritt alle Bewegungen im Geist durchgeht. Ich liebe es, die Menschen zu unterhalten. Ich bin einer, der hochgeht, sich das anschaut, und dann sagt: Das kann ich! Wenn ich mir zu viele Gedanken mache, kann ich es nicht.

Sie müssen beruflich ein Kontrollfreak sein.

Definitiv. Es gab zwar auch schon Situationen, in denen das Seil gerissen ist; aber das geschah jeweils wegen Drittpersonen. Doch ich habe immer gewusst, wie ich aus solchen Situationen wieder herauskomme. Ich kann Schmerzen aushalten – mit einem verstauchten Finger gehe ich trotzdem aufs Seil.

Haben Sie auch privat bei Ihren fünf Kindern gern alles unter Kontrolle?

Überhaupt nicht! Meine Kinder dürfen das machen, was ihnen Spass macht. Meine Eltern haben mir auch nie vorgeschrieben, was ich tun soll. Mich hat niemand aufs Hochseil gezwungen. Mein Vater hat mich machen lassen, weil er mein Talent erkannt hatte und wusste, dass ich gut bin.

Sie kommen aus einer Zirkusdynastie – sollen Ihre Kinder einmal in Ihre Fussstapfen treten?

Natürlich hätte ich Freude daran. Aber die Aufgabe von Eltern ist es, das Talent der Kinder zu erkennen und zu fördern. Mein zweijähriger Sohn Leo zum Beispiel interessiert sich jetzt schon sehr für Motorräder. Er kann auch schon auf der Slackline gehen. Aber ich kann jetzt nicht sagen, was er einmal werden soll: Motocrossfahrer, Freestylespringer oder Seilläufer? Vielleicht wird er auch Arzt oder Bauarbeiter.

Sie kennen keine Höhenangst, litten aber früher selbst unter Flugangst.

Das scheint paradox.

Nachdem ich mit 16 auf einem Asienflug grosse Turbulenzen erlebt hatte, hatte ich

Wieder ein Weltrekord: Freddy Nock überwindet 2011 als erster Seilläufer eine Steigung von 52 Prozent auf dem Seil der Feuerkogel-Bahn in Österreich.



kilometern Wind auf dem Seil gewesen – auf dem Weg auf die Zugspitze hinauf. Als der Wind immer stärker wurde, bin ich umgekehrt. Ich gehe immer erst aufs Seil, wenn ich sicher bin, dass ich es kann. Ich verlasse mich da auf meine jahrelange Erfahrung und weiss, wie weit ich gehen kann. Manchmal heisst das auch, dass ich aufhören und umkehren muss.



Freddy Nock (49), Sohn einer Aargauer Artistenfamilie, liess 1998 den Zirkus hinter sich. Seither etablierte sich der fünffache Vater mit 17 Weltrekorden als Soloartist und Extremsportler. Zu seinen Showacts gehören neben dem Hochseillauf die Motorradkugel, das Todesrad oder der schwankende Mast.

Braucht das Mut?

Nein, überhaupt nicht! Wenn man weitergeht, obwohl einem der Bauch sagt, man solle umkehren, dann ist das bloss dumm!

Sie arbeiten ohne Sicherung.

Was, wenn trotzdem etwas passiert?

Ich habe keine Lebensversicherung und mache alles auf eigene Verantwortung. Mein Beruf ist meine Leidenschaft, und ich muss mit dem Risiko leben. Wir sprechen in der Familie viel darüber. Aber ich glaube nicht, dass es jemals so weit kommt, weil ich sehr auf mich aufpasse.

Sie werden dieses Jahr 50.

Wann ist es Zeit, aufzuhören?

Mit 60 werde ich es vermutlich noch schaffen, im Zirkus eine Hochseilnummer zu zeigen. Aber ich möchte nicht als alter Mann auftreten, von dem dann alle denken, «der sollte jetzt aber mal aufhören». Je älter ich werde, desto mehr spüre ich meinen Körper und die vielen Verletzungen, die ich hatte. Aber wenn ich auf dem Seil bin, sind die Schmerzen wie verflogen. Vielleicht mache ich dann mit 80 nochmal etwas ganz Verrücktes.

Wie ist Ihre Beziehung zur Post?

Ich bin ein Kunde der Post, aber die Post ist auch eine Kundin von mir: Im Februar habe ich den Mitarbeitenden der Post in Bern, Lausanne und Bellinzona gezeigt, wie sie ihr Gleichgewicht verbessern können. Das war mein Beitrag, dass die Pöstler sicherer durchs Leben gehen und weniger durch Stürze verunfallen. ■

immer Angst, in ein Flugzeug zu steigen. Und ich musste für meine Auftritte ja oft mit dem Flugzeug reisen. Ein Horror! Da mache ich jahrelang meine Arbeit hoch über dem Boden und fürchte mich davor, mit dem Flugzeug abzustürzen. Irgendwann habe ich eine Schulung gegen Flugangst gemacht, seither habe ich das im Griff.

Träumen Sie manchmal vom Abstürzen?

Früher träumte ich oft von Flugzeugabstürzen. Aber im Zusammenhang mit dem Seil laufen träume ich nie vom Absturz. Das wäre gar nicht gut!

Was braucht es, damit Sie nicht aufs Seil gehen?

Es kommt immer auf die Situation auf dem Seil selbst an. Ich bin schon mit 60 Stunden-

Laufagenda



Achtung, fertig, los!

Luzerner Stadtlauf

Datum 3. Mai 2014

Distanzen 1,5–5,6 km

➔ www.luzernerstadtlauf.ch

Grand-Prix Bern

Datum 10. Mai 2014

Distanzen 1,6–16,093 km (10 Meilen)

➔ www.gpbern.ch



Der Grand-Prix Bern ist die grösste Laufsportveranstaltung der Schweiz mit einer einmaligen Atmosphäre. Sie führt durch die Berner Altstadt und hat bis zu 100 000 Zuschauer.

Winterthur Marathon

Datum 1. Juni 2014

Distanzen 5,2–42,195 km

➔ www.winterthur-marathon.ch

Bieler Lauftage

Datum 13.–14. Juni 2014

Distanzen 21–100 km

➔ www.100km.ch

Schweizer Frauenlauf

Datum 15. Juni 2014

Distanzen 1,5–15 km

➔ www.frauenlauf.ch



Infos

Die Post unterstützt die schönsten Laufveranstaltungen und fördert damit den grössten Breitensport der Schweiz. ➔ www.post.ch/laufsport