

Lokales

In Dubai mit dabei

Mario Hochberg startet nach Verletzungspause endlich wieder

GOTHA. Das Warten hat ein Ende! Nach einer langwierigen Verletzungspause kann Mario Hochberg am Dienstag seinen ersten Wettkampf des Jahres in Angriff nehmen.

Der BiG-Kraftsportler startet zum dritten Mal bei den Internationalen Arabischen Meisterschaften im Bankdrücken in Dubai. Das Emirat am Persischen Golf ist für ihn ein gutes Pflaster: Bei der Premiere des Wettbewerbes im Jahr 2009 triumphierte der querschnittsgelähmte Sportler in der Gewichtsklasse über 100 Kilogramm und stellte mit 215 Kilogramm eine neue persönliche Bestleistung auf – und die hat bis heute Bestand.

Diese Leistung ist für den Gothaer dieser Tage jedoch unerreichbar. Schließlich setzte ihn



im Vorjahr eine Verletzung am linken Ellenbogen drei Monate komplett außer Gefecht.

„Die Verletzung war so schwer, dass ich von Oktober bis Dezember überhaupt nicht trainieren konnte“, sagte Mario Hochberg, der in dieser Zeit 14 Kilogramm Gewicht, vor allem Muskelmasse, verloren hat und

sich nun behutsam wieder in Form bringt. Schließlich hat er sein Fernziel fest im Blick: 2012 möchte er an den Paralympics in London teilnehmen.

Auch deshalb verabschiedete sich der 40-Jährige bereits am Sonntag gen Dubai. Denn dort absolviert er mit seinem Coach Thomas Mersdorf ein mehrtägiges Trainingslager und im Anschluss den Wettkampf, bei dem er erstmals in der Gewichtsklasse bis 100 Kilogramm zur Hantelstange greift. „Im Idealfall möchte ich 180 Kilogramm meistern und ein Plätzchen auf dem Siegerpodest erobern“, sagte Mario Hochberg kurz vor der Abreise. „Im Training lief's zuletzt besser, als ich erwartet hatte – 170 Kilogramm habe ich schon wieder gepackt.“

Hochberg gegen beste Konkurrenz auf Platz sieben

DUBAI.

Aufatmen für Mario Hochberg. Der Paralympic-Bankdrücker aus Gotha hat bei der 3. Internationalen Arabischen Meisterschaft seine selbst gesetzten Ziele erreicht. Mit neun fehlerfreien Versuchen drückte Hochberg in der Gewichtsklasse bis 100 kg 180 Kilo in die Höhe und erreichte damit unter zwölf Athleten aus mehreren Nationen den siebten Rang.

Hochberg, der in Dubai bei besten Bedingungen eine Woche intensives Training hinter sich hatte, begann gestern ohne Risiko mit 160 kg und brachte alle Versuche gültig ins Protokoll. „Nach einem Jahr internationaler Wettkampfpause bin ich sehr zufrieden und es war ein gutes Gefühl wieder dabei zu sein. Der Ellenbogen hält und macht keine Probleme mehr“, schrieb er gestern per Mail an unsere Redaktion. Hochberg hatte nach langer Verletzungspause erst im Januar wieder mit Trainieren begonnen. Die Bedingungen in Dubai seien hervorragend, der Wettkampf sei professioneller, aber auch die Resonanz an der einer WM gleichkommenden Meisterschaft größer geworden. hjk