

50 JAHRE MEHRKAMPFMEETING IN GÖTZIS

# Schenk „Persona non grata“ – nicht in Götzis

**SERIEN TEIL 4.** Das Mehrkampfmeeting in Götzis feiert seinen 50. Geburtstag: Die NEUE feiert mit dem weltbesten Event für Zehnkämpfer und Siebenkämpferinnen mit und will mit einer mehrteiligen Serie denjenigen ein wenig gerecht werden, die mit dazu beigetragen haben, dass es die Marktgemeinde zu Weltruhm gebracht hat. Auch Olympiasieger Christian Schenk (60) leistete seinen Beitrag. Ein Interview.

Von Jochen Dedeleit  
neue-redaktion@neue.at

Es gibt Zehnkämpfer, die in Götzis waren, die kennt heute kein Mensch mehr. Und es gibt Zehnkämpfer, die haben sich wie Roman Sebrle dort unsterblich gemacht. Aber es gibt auch die „Könige der Leichtathleten“, die immer wieder für Schlagzeilen sorgen, positive wie negative, und somit weiterhin regelmäßig für Gesprächsstoff sorgen. Noch lange nach ihrer aktiven Zeit. Einer von ihnen ist Christian Schenk, der die Achterbahnfahrt des Lebens so wie kaum ein Zweiter miterlebt – und sich dieser auch

nicht verschließt. Schreckliche Verletzung und Operation in Vorarlberg, Olympiasieg in Seoul, Götzis-Triumph, Dopingvergangenheit in der DDR, Depressionen, private Insolvenz, Aktivist für Menschen mit Beeinträchtigungen nach eigener Erfahrung von Stigmatisierung.

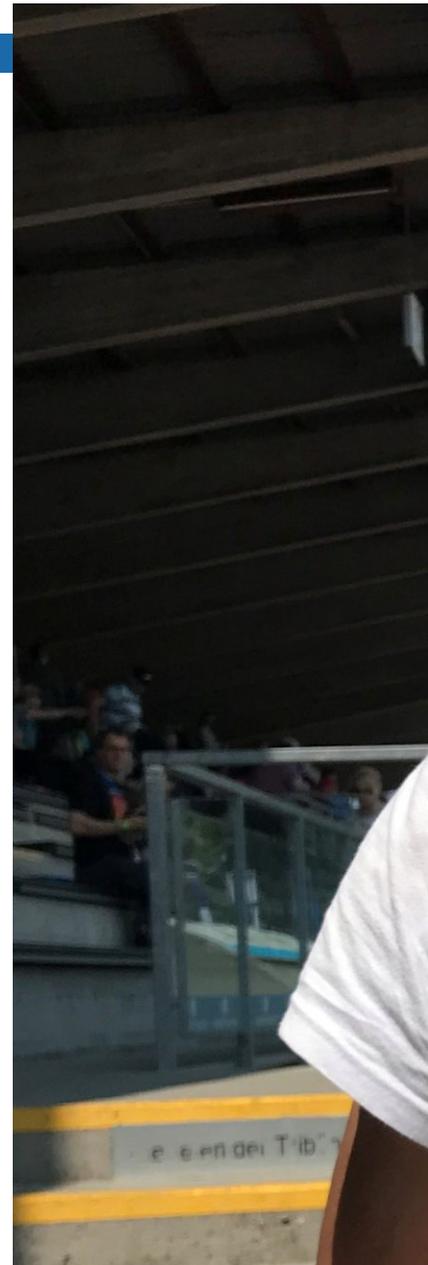
**Einfach ist es nicht, Sie zu erreichen. Und bevor Sie zum Jubiläumsmeeeting nach Götzis kommen, sind Sie noch in Rom?**

**Christian Schenk:** Ich bin gerade mit der Chefin der deutschen Lebenshilfe in Vorbereitung auf unseren nunmehr elften Podcast. Und ja, ich habe die Ehre eine Woche lang in der Villa Massimo zu arbeiten (die Deutsche Akademie Rom Villa Massimo ist eine Kultureinrichtung in Rom und ist die bedeutendste Einrichtung zur Spitzenförderung deutscher Künstler durch Studienaufenthalte im Ausland; Anm.). Es geht um Change Management, Superkompensation und den Austausch über Grenzen. Unser Ziel des Vereins ist eine kommunikative Allianz für Inklusion aus Stiftungen, Unternehmen, Vereinen und Privatpersonen. Entsprechend meiner Lebenseinstellung spreche ich gern wie auch in Rom vor bildenden Künstlern und Schriftstellerinnen über die Planbarkeit von Erfolg und die Struktur von Leistung. Die Vielfalt des Zehnkampfs spiegelt sich bei mir in allen möglichen Facetten wider. Es ist meine Lebensphilosophie, ich bin kein Spezialist, sondern Generalist.

**Eine der schmerzhaftesten Erinnerungen an die vielen Jahre Weltklasse in Götzis verbindet**

**der langjährige Meetingdirektor Konrad Lerch mit Ihnen, wie er in unserer Jubiläumsserie im dritten Teil geschildert hat. Es geht um Ihre schwere Verletzung 1986 und um den Arzt, der ebenfalls Christian Schenk heißt. Welche Erinnerungen haben Sie an die Geschehnisse im Möslestadion vor knapp 40 Jahren?**

**Schenk:** Die sind noch verdammt gut. Ich war um 8 Uhr morgens im Stadion, um mich ab 9 Uhr auf meinen Wettkampf vorzubereiten. Da hörte ich eine Ansage, Dr. Christian Schenk bitte zur Wettkampfleitung. Als diese Durchsage wiederholt wurde, bin ich doch sauer geworden. Ich war am Anfang meines Medizinstudiums und dachte natürlich, ich bin gemeint. War aber schließlich in meiner Vorbereitung auf die 100 Meter. Da stand auf einmal der Riese von Mensch vor mir (sagt der Athlet, der selbst zwei Meter misst; Anm.) und stellte sich vor. Ich sagte ihm, es wäre schön, wenn er noch einmal vor dem Hochsprung kommen könnte, da ich in dieser Disziplin später einsteige. Nach den 100 Metern nieselte es, als der Weitsprung anstand. Ich bin bei meinem ersten Versuch mit dem ganzen Fuß übers Brett gerutscht, der Abdruck der Ferse war in der Vaseline auszumachen. In der Grube sah ich, wie der Fuß 90 Grad abstand. Und der Doc wieder vor mir stand. Er meinte trocken, ob er jetzt schon kommen solle oder erst zum Hochsprung, wie besprochen. Ich glaube, ich habe nicht gelacht. Dr. Schenk, zu dem ich heute noch ein freundschaftliche Verhältnis pflege und der mich vor fünf Jahren noch einmal operiert hat,



weil ich beim Beachvolleyball meinen Quadrizeps im Oberschenkel abgerissen habe, meinte, die Operation eines offenen Knöchelbruchs müsse innerhalb kürzester Zeit durchgeführt werden, um den Heilungsprozess erheblich verkürzen zu können.

**Der Olympiasieg 1988 in Seoul wäre sonst kaum möglich gewesen. Aber so „einfach“, wie es sich anhört, war es nicht?**

**Schenk:** Nein. Von den Teamverantwortlichen der DDR wurde dies abgelehnt. Auf Intervention von Konrad wurde schließlich Manfred Ewald, der einflussreichste Sportfunktionär unseres damaligen Landes, angerufen, und der gab recht schnell sein Okay für die OP in



Christian Schenk bei seinem Besuch in Götzis im Jahr 2023 im offiziellen Hypo-meeting-T-Shirt des Jahres 1988 und dem Programmheft von 1986. NEUE-ARCHIV

Feldkirch. Mein Vater Eberhard, der Mitte der 1950er-Jahre zweimaliger DDR-Meister über die Hürden war, arbeitete zu dieser Zeit als Allgemeinmediziner in Bergen auf Rügen und sagte, ich solle doch dafür sorgen, dass jemand ein paar Bilder von dem Krankenhaus macht, vielleicht könne er etwas damit anfangen. Der damals mich begleitende Arzt hat dann Fotos gemacht, und heraus kamen 36 Bilder von leeren Gängen des Krankenhauses. So viel zur damaligen Stasi-Thematik.

**Wenn die älteren Herren meinen, noch Beachvolleyball spielen zu müssen (lacht) ...**

**Schenk:** Wenn du über so viele Jahre Leistungssport betrieben

hast, kannst du nicht stillsitzen. Und wenn man sich für den Hochleistungssport entscheidet, darf man nicht so intensiv über die Zukunft nachdenken. Ich habe viel mit Balletttänzerinnen zu tun, über zwei Drittel von ihnen geht es gut nach ihrer Karriere. Oder schauen wir uns Darja Varfolomeev an, die bei den Olympischen Spielen in Paris als 17-Jährige Gold in der Rhythmischen Sportgymnastik gewonnen hat. Das kritisiert niemand, es ist schließlich schön anzusehen. Es ist nie alles toll, wenn ein Zehnkämpfer oder ein Hermann Maier x Kilo im Training auf dem Rücken hat. Wir lügen uns da selbst in die Tasche. Vielen geht es gut, oder sie können sich normal bewegen, aber

natürlich gibt es immer auch die anderen Beispiele, wenn wir etwa sehen, wie ein Becker oder Nowitzki daherkommen.

**Wir haben noch gar nicht über Ihre schönsten Erlebnisse in Götzis gesprochen.**

**Schenk:** Zum einen natürlich der Sieg 1990 mit 8481 Punkten. Ich habe Konrad gesagt, die beiden Dinge, die du als Zehnkämpfer erreichen musst, ist der Olympiasieg und ein Triumph in Götzis. Zum anderen erinnere ich mich an die Fußreflexzonenmassage, die es unter der Tribüne gab. Und dahinter wurde gegrillt, somit habe ich noch heute den Grillgeruch in der Nase (lacht). Und dann waren da noch die zu kurzen Kastenbetten in der

Wirtschaftsschule. Wir haben die Matratzen herausgenommen und auf den Boden gelegt. Ich erinnere mich auch noch an die Duschen mit den Plastikvorhängen, auf denen Aufkleber mit dem Spruch „Aktion gegen langweilige Badezimmer“ angebracht waren.

**Wie in der Achterbahn geht es jetzt wieder nach unten: In Ihrer Autobiografie „Riss – Mein Leben zwischen Hymne und Hölle“ geben Sie zu, wissentlich gedopt zu haben. Der Olympiasieg war das Größte, was Sie je erreicht haben – neben dem Götzis-Sieg. Haben Sie je überlegt, die Goldmedaille zurückzugeben?**

Fortsetzung auf Seite 68

## 50 JAHRE MEHRKAMPFMEETING IN GÖTZIS

## Fortsetzung von Seite 67

**Schenk:** Diese Goldene überstrahlt alles, ich hätte nicht gedacht, dass ich Gold hole, eventuell Bronze. Ich war auf dem obersten Treppchen selbst überrascht. Selbst fühlte ich mich noch gar nicht dafür bereit. Ich habe es später in meiner Erkrankung durch einen eigens erstellten Life-Chart (Langzeitverlaufsbeobachtung bei bipolarer affektiver Störung mit retrospektiver und prospektiver Aufzeichnung von Stimmung, funktionaler Beeinträchtigung, Symptomen und weiteren störungsrelevanten Parametern; Anm.) in einer Psychiatrie zugegeben, auch als ich wusste, dass die Verjährungsfrist verstrichen war. Die Frage ist ja auch, was macht das Doping aus? Zwei Prozent, 18 oder 33 Prozent? Es ist nicht zu quantifizieren, da es keine Zwillingsforschung gibt. Dass du es machst, war fast logisch. Wenn dich mit 17, 18, 19 Jahren der Trainer anspricht und der dir sagt, du hast großes Potenzial, aber die Mittel würden jetzt wirklich helfen, was machst du da? Der dir sagt, ich glaube an dich, da sagt niemand „nein, danke“. Ich will das nicht verharmlosen, aber wenn es so dramatisch wäre, wie es oft dargestellt wird, würde es im Bodybuilding oder Gewichtheben viele dramatische Fälle in diesen Sportarten geben. Es wird immer wieder erzählt, dass wir die Oral-Turinabol-Pillen schon zum Frühstück verabreicht bekommen haben. Unsinn. Das Mittel war wassereinlagernd. Sportler sind dann wenig taktisch. Es gab sie also nicht zum Frühstück.

**Sie haben nach dem Mauerfall gemeint, sie würden abwarten, wie sich das Förderungssystem im Osten entwickelt und sind nicht wie viele andere gleich in den Westen abgewandert. Gibt es das bessere oder schlechtere System? Die dreifache Götzis-Siegerin Anke Behmer aus Neubrandenburg meinte: „Die Trainingsmethoden, die wir im Westen kennenlernen, sind für DDR-Sportler wie im Schlaraffenland.“**

**Schenk:** Du bist mit 23 Jahren immer noch den Trainern hörig. Ich habe mich bei der Siegerehrung 1988 bei meinen Freunden entschuldigt, die ich enttäuscht habe, weil ich doch sehr selten bei Geburtstagsfeiern oder anderen Festivitäten anwesend war. Das Spitzensportsystem im Osten war umfangorientierter, im Westen qualitativer. Sprich, das System investierte mehr Geld. Allerdings: Ich bin die 400 Meter zehn Mal am Stück gelaufen, mit jeweils einer Minute Pause. Ich habe gekotzt. Das war Blödsinn – gut für den Trainingswillen, schlecht für die mir fehlende Schnelligkeit. Im Westen hatte man weniger Zeit, aber genau diese ist neben der Passion und entsprechenden Finanzen für Coaches, Physios, Ärzte, Ernährungsberater, Manager und Kommunikatoren das Wichtigste. Die Verweildauer in der Weltspitze umfasst aktuell in der Leichtathletik ein bis drei Jahre, im Osten waren es fünf bis zehn Jahre. Ich habe bis zum Olympiasieg 19 Jahre geübt, dann gab es Gold. Schauen wir uns Armand Duplantis an, der hat als Vierjähriger mit dem Stabhochsprung und nicht mit Turnen oder Wasserspringen angefangen, gleich mit Stabhochsprung, hat also rund zehn Jahre Vorsprung vor den anderen. Darum die immens hohe Sicherheit, mit der er an die Sache herangeht.

**Da muss ich natürlich einhaken. War es also ein Schlaraffenland oder keines?**

**Schenk:** Das Training in Ost und West war different. Wir haben etwa in Mainz gezielter Muskelgruppen durch neue Hardware trainiert, das kannte ich in Rostock nicht. Und wenn du als Beispiel zehn Mal 110-Meter-Hürden im Training läufst, trainierst du durch Erschöpfung effizienter – weil du keine Kraft mehr hast. Im Vorfeld der WM von Stuttgart 1993 (wo Schenk als Vierter seine pB von 8500 aufstellte; Anm.) haben wir uns im Stadion mit 100 Dezibel vorbereitet, weil es im



Wettkampf ähnlich laut werden würde. Wer mag sich beispielsweise für eine Prüfung in der Discothek vorbereiten? Interessant ist es beim Zehnkampf: Freude und Enttäuschung liegen nahe beieinander. Wenn du mit übergroßer Freude zum Hochsprung kommst, ist es aber ebenso wenig förderlich wie andersherum. Ein mentaler Ansatz: Wenn man nur fünf Mal in der Minute statt normal neun bis elf Mal atmet, schläft man fast ein, ist aber wieder für Neues voll fokussiert. Ein anderes Beispiel: Speerwerferin Steffi Neriuss hatte drei Zeichen auf ihrer Tasche fixiert und blickte vor einem Versuch darauf, um die Gedanken in Stresssituationen zu fokussieren. Das habe ich beim Stabhochsprung dann übernommen, da findest du dich in deinem Inneren wieder.

**Wäre der Trainerjob mit Ihrer Lebens- und Sportlerfahrung nicht das Richtige für Sie?**

**Schenk:** Ich unterhalte mich viel mit Athleten, die aber oft auch Hilfe im Internet suchen. Natürlich geht es meistens darum, wie man schneller, wie man effizienter besser wird. Beim Deutschen Leichtathletikverband (DLV) bin ich eine „Persona non grata“. Ich habe 1990 das Zehnkampfteam gegründet (bei dem, wenn man es im Netz sucht, „Dauerhaft geschlossen“ aufscheint; Anm.), aber heute engagiere ich mich lieber für andere Dinge.

**Den deutschen Shootingstar Leo Neugebauer würde man doch gerne trainieren?**

**Schenk:** Auf Leo bin ich in Götzis gespannt, schade, dass er die Chance in Paris nicht genützt



Konrad Lerch mit den beiden Christian Schenks: Links der Zehnkämpfer, rechts der Facharzt von Weltrennommee.

JOCHEN DEDELEIT

hat. Ich denke, dass er durch die Trainingsjahre schwerer als 100 Kilo ist, darum ist die Frage, ob er es muskulär und seitens des Bandapparates körperlich schafft. Spannend ist das Spielereische bei ihm. Und ich denke, er wird in den USA bleiben, denn er hat dort alles: motivierte Trainer, Bildungsprogramme, Geld, Logistik, Mobilität, starke Trainingskollegen. Wo sonst kann er die ganze Zeit mit Olympiasiegerin und Weltmeistern trainieren?

**Aufgrund der Zeit, die der Mehrkampf bei Olympia oder Welt- und Europameisterschaften benötigt, wird diskutiert, den Zehn- und Siebenkampf außen vor zu lassen. Sehen Sie ihre Disziplin in Gefahr?**  
**Schenk:** Ich denke, dass er im Programm bleibt. Der Mehrkampf ist zu gut, zu historisch, da herrscht

auch Respekt vor. Diesen Stellenwert haben Disziplinen wie Dreisprung, Gehen oder 3000 Meter Hindernis nicht. Und der Mehrkampf ist sehr wohl planbar, ein Entfernen traut man sich nicht. Aber die Gundersen-Methode muss her (ein Startmodus im abschließenden Langlaufbewerb der Nordischen Kombination, durch den der Erste, der dabei das Ziel erreicht, auch der Sieger im Kombibewerb ist; Anm.). Mit weniger Startern, die Tagesprogramme von bis zu elf Stunden muss man auf etwa fünf Stunden am Tag bei EM, WM oder Olympia reduzieren.

**Was in Ihrem Buch auch für viel Aufsehen sorgte, war die Aussage: „Ich hielt mich für Anis Amri, den Attentäter vom Weihnachtsmarkt auf dem Berliner Breitscheidplatz.“**

**Sie litten jahrelang unter einer schweren Depression, seit 2009 an einer bipolaren Störung. Und Sie gehen offen damit um?**

**Schenk:** Ja, komplett. Ich bin für Menschen mit Beeinträchtigung nach meiner Krankheit seit fünf Jahren da. Diese müssen präsenster werden, sich mit Gleichgesinnten zeigen, denen Angst nehmen, die über physische, psychische und seelische Erkrankungen nichts wissen, einem Leben begegnen, dass sie noch nicht kennen. Begegnungen sind ein Wertegewinn. Unsere Arbeit hilft – gemeinsam mit einigen Partnern –, das Bewusstsein für Inklusion zu schärfen, um Barrieren abzubauen. Das ist mein berufliches, passioniertes Sein. Ich nenne aktuell als Beispiel Felix Klieser, der das klassische Horn ohne Arme spielt. „Lasst uns ak-

zeptieren wie jeder einzelne ist.“ Ob Moderation oder Marketing oder sonst was, ich wollte immer schon nach drei, vier Jahren sozusagen auch in diesen Bereichen Olympiasieger werden. Wie ich sagte, dauerte es bis zum ersten Gold 18 Jahre. Als später die bipolare Störung diagnostiziert wurde, glaubte ich, keine Kraft mehr zu haben, hatte das System der Superkompensation, sprich Belastung, Regeneration, neuer Impuls zur rechten Zeit, selbst ignoriert. Ich bin heute noch monatlich in Behandlung. Ich war und bin und werde hyperaktiv bleiben. Ich handle heute bedacht, strukturiert und ich habe mit meiner Ärztin Trigger Points herausgearbeitet. „Schwärze“ soll es in meinem Leben nicht mehr geben.

**Nächsten Sonntag: Hans Aberer**