

Mit 71 ist noch nicht Schluss

TRIATHLON Hermann Aschwer war 29 Jahre das Aushängeschild von Tri-As Hamm

Von Christian Müller

HAMM ■ Kein Zweifel, da steht ein Triathlon-Verrückter an der Schwelle. Hermann Aschwer, bis zur kürzlich abgehaltenen Jahreshauptversammlung 29 Jahre lang Vorsitzender des Tri-As Hamm, empfängt den Besucher an seiner Haustür in Ameke im roten Tri-As-Shirt. Und bittet den Gast dann zu zwei Sesseln, ausgelegt mit bedruckten Decken voller Motive aus seiner Zeit im Verein. Die haben ihm seine Klubkameraden zum 70. Geburtstag geschenkt. Überdeutlich ist zu erkennen: Aschwer hat mit dem extremen Ausdauersport noch lange nicht abgeschlossen.

„Ich möchte nach wie vor aktiv bleiben. Bewegung ist ein Teil meines Lebens. Ich bin kein Typ, der sich die ganze Woche ins Haus setzt“, bekräftigt Aschwer, dass er auch nach seinem Ausscheiden als Tri-As-Vorsitzender weiter des Dreiklangs aus Laufen, Schwimmen und Radfahren frönen wird.

Nahezu sein halbes Leben lang betreibt er diesen Sport – und seinen Trainingsaufwand hält er bis heute nach. „Ich führe immer schön Buch darüber, aber nicht auf dem Laptop. Ich nehme wirklich noch ein Blatt Papier in die Hand“, sagt Aschwer. Seinen 100 000 Laufkilometer durfte er im Mai 2017 notieren, über 300 Triathlon-Wettkämpfe und ungefähr doppelt so viele Läufe haben sich mittlerweile angesammelt. Auch den Ironman auf Hawaii hat er mehrfach bewältigt.

Einen einzelnen Moment oder ein bestimmtes Ergebnis als Höhepunkt zu benennen, fällt ihm aber schwer. „Natürlich die Hawaii-Teil-



Aufs Rad steigt Hermann Aschwer vor allem in der warmen Jahreszeit. ■ Foto: Solich

nahmen, aber auch, wenn man mit den Vereinsmitgliedern gemeinsam in Köln startet“, sinniert er, „auch das sind tolle Momente, von daher will ich das gar nicht aufwiegen. Ich habe so viel erlebt, ich kann mir ein Leben ohne den Sport gar nicht mehr vorstellen.“

Auch mit 71 jeden Tag eine Stunde Training

Muss er auch nicht. Auch mit 71 hält er eisern an seinem Grundsatz fest, rund 365 Trainingsstunden im Jahr abzuleisten. Ob er die Qualen nicht langsam satt hat? Von wegen. „Ich will mich gerne anstrengen, eine Qual ist das für mich nie gewesen. Ich denke, es gibt härtere Dinge im Leben als das, was man sich freiwillig auferlegt.“

Wettkämpfer, die bis zur totalen Erschöpfung um ihre Zeiten kämpfen, sind ihm fremd. Aschwer geht es nach eigener Aussage darum, eine gewisse Lockerheit zu bewahren und den Sport bewusst zu erleben. „Ich bin jederzeit in der Lage, mich zu unterhalten“, sagt das langjährige

Aushängeschild des Hammer Triathlons und der Autor mehrerer erfolgreicher Sachbücher. „Ich kenne viele in der Szene, aber noch mehr kennen mich. Und da gibt es immer einen Smalltalk, wenn man sich überholt oder begegnet. Wenn man das im Unterbewusstsein nicht mehr wahrnehmen würde – das wäre der Moment, wo ich sagen würde: Jetzt ist Schluss mit dem Sport.“

Kein Verständnis für Doping

Der Ehrgeiz steht bei ihm nicht an erster Stelle. Kaum zu glauben bei jemandem, der mit dem ersten Weltranglistenplatz in der Altersklasse M70 oder dem Deutschen Meistertitel über die Triath-

lon-Sprintdistanz und die Duathlon-Kurzstrecke allein 2017 herausragende Erfolge feierte. Die Devise „Höher, schneller, weiter“ liegt ihm nicht. „Ich sage immer, mein Pokalschrank daheim ist voll. Mehr geht nicht“, meint Aschwer, der sich gegen jede Form des Dopings stellt. „Man weiß ja nicht, wie das ausgeht und wie sehr man sich damit gesundheitlich schädigt. Ich habe kein Verständnis für solche Leute. Das hat nichts mit Sport zu tun“, stellt der 71-jährige klar – und erinnert auch an die Vorbildfunktion für Kinder und Familien in den Vereinen.

29 Jahre lang hat er eine solche an vorderster Front erfüllt, als Tri-As-Vorsitzender. Dass er die „30“ im Amt nicht mehr erlebt, stört ihn überhaupt nicht. „Ich habe vor zwei Jahren gesagt, ich möchte das langsam übergeben und habe dann nach und nach Michael Zarth eingebunden“, beschreibt Aschwer die Inthronisierung seines Nachfolgers.

Weil ihn die Mitglieder zum Ehrenvorsitzenden machten, redet Aschwer aber weiterhin ein gewichtiges Wort bei den Hammern mit. „Ich sehe das als große Ehre, wenn die jungen Leute sagen, ‚Mensch den alten Knopf, den brauchen wir noch‘“, sagt er – und ist zuversichtlich, dass Tri-As bei seinen Kollegen und Nachfolgern in guten Händen ist. Seine Ideen – dazu gehörte in der Vergangenheit etwa die Auszeichnung des Tri-Asler des Jahres – wird er in seiner neuen Funktion weiter mit einbringen. „Mir wird auch in Zukunft noch irgendwas einfallen“, glaubt Aschwer. Er ist eben ein Verrückter. Im besten Sinne.