

Die Flucht vorm Säbeltiger

Leichtathletik ■ Ex-Zehnkämpfer Frank Busemann referiert vorm Ahlener Industrie und Wirtschaftsclub

Von Jürgen Beckgerd

AHLEN. Jürgen Henke wusste schon vorher, was die Mitglieder des Ahlener Industrie- und Wirtschaftsclubs erwartet, wenn Frank Busemann in Aktion tritt: „Eine Rosinenveranstaltung in Ahlen“, raunte dessen Vorsitzender, ehe der Zehnkämpfer, Silbermedaillengewinner der Olympischen Spiele 1996 in Atlanta, das Podium betrat. Und in der Tat konnten sich die rund 25 Füh-

»Ich bin Zehnkämpfer, auch wenn ich nicht so aussehe.«

Frank Busemann

rungskräfte auf einen unterhaltsamen, sportlichen Dienstagabend sowie den Muskelkater am Mittwochmorgen freuen. Busemann, der im Präventionsprojekt „Spitzensportler bewegen Mitarbeiter“ der „Barmer“ referierte, machte ernst – und Spaß.

Unter dem Motto „Gesundheit ist das höchste Gut – Bewegungsmangel ist ein Problem“ (Henke), schilderte der ehemalige Top-Leichtathlet, wie es ihm erging, ehe er den Olymp als Mehrkämpfer erklomm. Wie er körperliche Defizite überwinden musste („dicke Beine, große Füße“), immer wieder durch Verletzungen gestoppt wurde und sich dennoch durchsetzte, ehe er hinter dem US-Amerikaner Dan O’Brian mit persönli-



Plädoyer für den Sport: Der Olympia-Zweite (1996) im Zehnkampf, Frank Busemann, referierte vor Führungskräften des Ahlener Industrie- und Wirtschaftsclubs.

Foto: Jürgen Beckgerd

cher Bestleistung von 8706 Punkten Olympisches Silber errang. Sensationell. Busemann zählte danach zu den populärsten Sportlern der Republik. In Athen 1997 holte er noch WM-Bronze, 2003 beendet er seine Karriere nach einer ganzen Litanei von Verletzungen.

Am Dienstag erzählte der gebürtige Recklinghäuser launig, witzig („Ich bin Zehnkämpfer, auch wenn ich nicht so aussehe“) und

originell, wie und unter welchen Entbehrungen und mitunter Schmerzen Spitzensport funktioniert, aber auch deshalb Spaß macht. „Beim 400-Meter-Lauf habe ich nach 180 Metern gedacht, wenn ich im Ziel doppelt so kaputt bin wie jetzt, bin ich tot“.

Busemann lebt. Und wie. Seine Botschaft an die Führungskräfte der Ahlener Industrie: Mitarbeiter motivieren, selbst Sport zu machen

– richtig und mutig: „Risikofreudige Menschen sind zufriedener“, sagt er. „Den inneren Schweinehund kannte ich als Spitzensportler nie. Jetzt wohl“.

Busemanns Motivationspitzen, Sport zu treiben und in den Unternehmen zu kultivieren, sind subtil und wirken nachhaltig, wobei auch immer gelte: „Die Signale des Körpers sind bei aller Anstrengung zu beachten. Nur die Flucht vorm Säbelzahn-

tiger setzt das außer Kraft“.

Die mussten die Zuhörer des Vortrages auch nicht ergreifen, aber beim anschließenden Fitnessstraining zumindest ihr Durchhaltevermögen unter Beweis stellen. Vielleicht hatte mancher vor Augen, was Frank Busemann zuvor noch zum besten gegeben hatte. Die Nettozeit eines Top-Zehnkampfes beträgt etwa 8:30 Minuten. „Dafür trainieren wir zehn Jahre“.