

SIMON VITZTHUM AUF DEM WEG ZUM BIKE-PROFI

Ein Gestell, zwei Räder und (hoffentlich) gute Bremsen: Das Mountainbike hat bei Simon Vitzthum einen ziemlich hohen Stellenwert. Ist ja auch klar, denn der 25-jährige Rheinecker ist Biker und auf dem besten Weg zum Vollzeitprofi.

TEXT: KRISZTINA SCHERRER / BILDER: DANIEL TALAMONA

Bescheiden und gelassen – einer der weiss, was er will, seine Träume verfolgt und hart dafür arbeitet. So wirkt der 25-jährige Simon Vitzthum im Interview. «Grundsätzlich bin ich den ganzen Tag lang Sportler, ich habe nicht einfach um 17 Uhr Feierabend. Aber genau das ist der Reiz daran – diese Eigendisziplin, die man umsetzen kann», sagt der Bike-Profi aus Rheineck.

«Seit diesem Jahr kann ich sagen: Biken ist mein Beruf»

Seine Leidenschaft für das Velofahren und schliesslich das Biken hat er von seinem Grossvater geerbt. «Er war auch immer sportlich unterwegs, egal ob beim Waffelauf, auf dem Velo oder im Langlauf.» Der junge Simon ging oft mit ihm Velo fahren. «Er hat mich meistens abgehängt. Ich musste immer Vollgas geben, um ihm überhaupt nachzukommen. Da hatte er kein Erbarmen mit mir.»

Das Bike-Fieber hatte ihn gepackt. Mittlerweile ist er schon seit 14 Jahren mit seinem Velo über Stock und Stein unterwegs. Seine Karriere hat bei Zweirad Signer in Thal angefangen. Sieben Jahre gehörte Vitzthum danach zum Team von Bischibikes. Sein jetziges Team heisst «jb Brunex Felt Factory». «Seit diesem Jahr kann man sagen, dass das Biken mein Beruf ist», sagt der 25-Jährige. Vitzthum arbeitet halbtags bei Bischibikes in Rorschach als Velome-

chaniker, die restlichen 50 Prozent trainiert er. «Mein Chef, Christof Bischof, war bis 2010 selber Bike-Profi. Er versteht also recht gut, dass ich viel trainiere.»

«Möglichst wenig Gewicht mit möglichst viel Power»

Der Alltag von Simon Vitzthum dreht sich, wer hätte es anders erwartet, fest um das Gefährt mit den zwei Rädern. «Ich stehe morgens um 6 Uhr auf, esse etwas und mache ein bisschen Sport», so Vitzthum. Dann geht er arbeiten, kommt am Mittag nach Hause. «Am Nachmittag bin ich auf dem Velo, erledige Krimskrums, wie zum Beispiel etwas flicken, und steige am Abend dann nochmals auf das Bike.»





Wer jetzt denkt, mit ein bisschen Training und dem Fahren von Rennen sei der Job eines Profi-Bikers getan, der irrt. «Ich kann zum Beispiel nicht jedes Wochenende bis in alle Nacht feiern», sagt er. Auf eine gesunde Lebensweise und auf die Ernährung muss er auch achten. «Ich brauche möglichst wenig Gewicht mit möglichst viel Power», so Vitzthum. «Ich muss mein Level beibehalten.»

Ob es nicht manchmal nervt, wenn man sich andauernd so zusammenreißen muss? «Das Schönste ist doch, dass ich irgendwie mein eigener Chef bin», sagt Vitzthum. Er könne seinen Alltag selber steuern. «Und ja, ich muss täglich auf das Velo. Aber ehrlich, was ist so schlimm daran, wenn man bei so schönem Wetter biken gehen kann?»

Es wirkt, als wisse er genau, was er zu tun hat. Und obwohl sein Fokus auf dem Mountainbiken liegt, erlaubt er sich hin und wieder eine Auszeit. «Wenn ich wirklich mal frei habe, renne ich dem Sport nicht wahnsinnig hinterher», so der 25-Jährige. Er unternimmt dann auch gerne mal etwas mit seiner Freundin oder geht mit Freunden an den See.

«Mir genügt auch ein Honigbrötli»

Beim Zuhören denkt man sich: «Genau diese sympathische Mischung aus Ehrgeiz und Bescheidenheit macht seinen Erfolg aus». Für Vitzthum selber ist es schwierig zu gewichten, was sein bisher grösster Erfolg war. «Auf dem Papier sind das meine zwei Schweizermeistertitel im Ausscheidungsfahren in der Bahn, die ich letzte Saison geholt



Der Profi-Biker Simon Vitzthum trainiert täglich, meist nachmittags sowie am Abend. Dabei ist er oft in und um sein Heimatstädtchen Rheineck anzutreffen.

habe», sagt er. Für ihn zähle der 6. Rang bei den letztjährigen Mountainbike-Schweizermeisterschaften aber fast mehr. «Meine Konkurrenten waren Nino Schurter oder Florian Vogel. Wer in der Bikerszene ist, weiss – das sind zwei Topfahrer.»

Auf seine Rennen bereitet er sich nicht speziell vor. «Ich habe da kein besonderes Ritual», sagt er. Immer etwa vier Stunden vor dem Rennen isst er etwas. «Egal ob Reis, Nudeln oder Couscous. Ich kann auch mit einem Honigbrötli Rennen fahren. Ich lasse mich nicht stressen und nehme mir genug Zeit, um alles vorzubereiten.»

«Rheineck sieht meine Leistung»

«Ich möchte irgendwann ganz vom Biken leben können», sagt Vitzthum. «Mein Ziel ist es, gute Rennen zu fahren und vorne mitzumischen.» Sein Heimatstädtchen Rheineck scheint ihm da genau den richtigen Halt zu geben. «Ich glaube in einer grösseren Stadt würde sich niemand dafür interessieren, was ich mache. Aber Rheineck sieht meine Leistung, auch wenn ich noch auf dem Weg an die Spitze bin.»

Corona macht Bike-Saison einen Strich durch die Rechnung

Wann das nächste Rennen stattfindet, ist wegen der Corona-Krise unklar. Auch hier zeichnet sich Vitzthums Lockerheit ab: «Diese Ungewissheit sorgt bei einigen Sportlern sicher für Motivationsprobleme, doch ich habe grundsätzlich keine Mühe damit. Ich befasse mich erst wieder damit, wenn es etwas bringt.»

