

Feature Marcel Hug

00:16

Marcel Hug, Paralympischer Athlet, Leichtathletik, deutsch

"Ich fühle mich wirklich als Sportler durch und durch. Ich lebe den Sport. Ich betreibe den Sport mit Leidenschaft und Passion. Es ist auch seit letztem Jahr mein Beruf geworden.">>00:27

00:35

Marcel Hug, Paralympischer Athlet, Leichtathletik, deutsch

"Ich habe Spina Bifida, das heißt, ich bin mit einem offenen Rücken zur Welt gekommen. Und die Klassifizierung ist T54. Also, in der Rollstuhlleichtathletik die Klasse, in der man am wenigsten eingeschränkt ist. ">>00:51

00:54

Marcel Hug, Paralympischer Athlet, Leichtathletik, deutsch

"Meine Disziplin mache ich von 400 Meter bis Marathon.">>00:58

01:00

Marcel Hug, Paralympischer Athlet, Leichtathletik, deutsch

"Das Training spielt eine zentrale Rolle. Also ich trainiere am Tag zwei bis drei Mal.">>01:05

01:09

Marcel Hug, Paralympischer Athlet, Leichtathletik, deutsch

"Mein Trainer ist Paul Odermatt. Ich trainiere mit ihm eigentlich schon seit ich mit dem Rennrollstuhlsport begonnen habe, also bald schon 15 Jahre. Das Verhältnis zu ihm ist sehr gut, es ist sehr intensiv. Ich sehe ihn wirklich täglich und wir haben ein sehr gutes kollegiales Verhältnis.">>01:35

01:38

Paul Odermatt, Trainer, Leichtathletik, deutsch

"Ein großer Teil ist natürlich das Rollstuhltraining, also auf der Bahn und im Winter auf der Rolle. Dann ist das Krafttraining sehr entscheidend, das sind drei Kraftereinheiten pro Woche. Und was wir jetzt auch seit über einem Jahr machen, ist im koordinativen Beweglichkeitsbereich.">>01:57

02:09

Marcel Hug, Paralympischer Athlet, Leichtathletik, deutsch

"Der Unterschied zum Alltagsrollstuhl ist sicher mal, dass er drei Räder hat. Und dann im Vergleich zu dem Alltagsrollstuhl wo man greift, pusht man hier einfach. Man hat dann natürlich die Handschuhe. Also, man treibt diese Ringe an ohne zu greifen. Die Lenkung ist etwas sehr Spezielles, es gibt zwei Arten der Lenkung. Einmal haben wir für die Straße die normale Lenkung. Und dann haben wir zum einen hier für die Bahn diesen Bahnkompensator -dieses Dreieck- und es ist verbunden mit dieser Feder, und diese ist wieder verbunden mit dieser Vorderradgabel. Wenn man in die Eingangskurve fährt, gibt man auf dieser Seite einfach einen Schlag und sieht wie er den Kurvenradius vorne automatisch einstellt. Vor einem Rennen ist es ganz wichtig,

dass man den Kurvenradius einstellt, hier mit dieser Schraube, kann man rein stellen oder raus stellen. Und je nach Bahnradius oder welche Bahn man fährt, kann man diese dann einstellen, damit man den Schlag geben kann.">>03:49

03:50

Paul Odermatt, Trainer, Leichtathletik, deutsch

"Was ganz entscheidend ist, ist, dass natürlich die Abstimmung vom Material zum Athleten optimal sein muss. Und dann sind es schon kleine Details, die dann vielleicht hundertstel oder zweihundertstel Sekunden ausmachen, an denen ich als Trainer gefordert bin. Sei das die Bereifung, sei das die Sitzposition, seien das die Handschuhe, oder am Rollstuhl selber, dass die Festigkeit stimmt, dass der Radius stimmt, das ist sehr wichtig. Aber entscheidend ist sicher, wie kann der Athlet dieses Material einsetzen.">>04:22

04:35

Marcel Hug, Paralympischer Athlet, Leichtathletik, deutsch

"Ich spreche immer von meiner eigenen Leistung. Das Ziel wird ganz klar sein, dass ich im Jahre 2012 eine optimale Leistung abrufen kann. Und natürlich ist der Wunsch da oder der Traum von einer Goldmedaille.">>04:50

Ende: 04:55

Subtitles english

00:15-00:27

I consider myself as real athlete. I do everything for this sport, I'm very passionate about it. And it actually became my job last year.

00:34-00:51

I have spina bifida, which means that I was born with an open back. My classification is T54. It's the class, where athletes with the least limitations start in paralympic track and field.

00:53-00:58

My disciplines are 400 meters up to marathon.

01:00-01:06

Training is an essential part of my life. I train two or three times a day.

01:08-01:35

My coach is Paul Odermatt. I've been training with him since my beginnings, for almost 15 years now.

Our relationship is very good, very intensive, I see him everyday. We're very good colleagues.

01:38-01:57

A big part is the wheelchair training on the track or, in the winter, on a roller. Weight training is also very important – three times a week.

And for more than a year, we are also training coordination and agility.

02:09-02:27

The biggest difference between a racing wheelchair and an ordinary one is: it's got three wheels.

You don't need to grasp the ring, you just push it. And of course you wear gloves.

02:30-03:36

The steering is also very special, there are two different types. The ordinary steering for the road. And the one for the track, with a track compensator, this triangle. It's connected via a spring with the front wheel fork.

If you take a curve, you hit one side and the curve radius is automatically adjusted.

Before a race it's very important to adjust the curve radius with this screw. It can be set to the respective track.

03:42-04:18

It's very essential to harmonize the material with the athlete. Already small details might be responsible for losing one hundredth or two hundredths of a second.

It's my job as a coach to look after the wheels, the right seating position, the gloves or the wheelchair itself: firmness and radius have to be absolutely correct.

But the key point is that the athlete is able to make use of his material effectively.

04:31-04:58

It's only my own performance that counts. The target is to show my best performance in 2012. But of course I dream about winning gold.

Music list

TO:		SHOW:	Allianz Paralympics
FROM:	RTV Film & Television	EPISODE #:	Feature Marcel Hug
SUPPLIER:	RTV Film & Television	AIR DATE:	
EVENT DATE:		TOTAL SHOW DURATION	04'55"

Cue#	TIME	USAGE TYPE*	CD Spine Info	SONG TITLE	COMPOSER	LC Number	PUBLISHER	SOCIETY
1	4'34"	Feature Marcel	FCD 021908	SUMMER KISS	Steve Byrd, Steve Williams	LC 00617	Focus Music	FCD

The music included in "Feature Marcel Hug" is protected by GEMA (German performing rights society for music copyrights). TV broadcasters are obliged to report the music they broadcast to GEMA or the relevant local collecting society, in accordance with its local law.