

Erstes Heimrennen für Handbike-Profi

KUFSTEIN Beim Kufsteiner Radmarathon am Sonntag gibt es erstmals eine Handbike-Wertung. Am Start wird auch der Kufsteiner Profi Benjamin Hundsichler sein, der dringenden Bedarf für mehr Hobby-Rennen in Österreich sieht.

Von Theresa Aigner

Der Kufsteiner Radmarathon am Sonntag ist für Benjamin Hundsichler ein Heimspiel: Der 22-Jährige ist in Kufstein aufgewachsen, er lebt und trainiert nach wie vor hier. Auch wenn er weltweit an Handbike-Rennen teilnimmt, in seiner Heimatstadt am Start zu stehen, ist für ihn etwas Besonderes. „Nachdem es heuer erstmals eine Handbike-Wertung gibt, ist es auch mein erster Start bei einem Heimrennen – ich freue mich schon sehr darauf“, sagt Hundsichler beim 77-Interview. Dabei ist der Kufsteiner Radmarathon für ihn, der heuer sein Weltcup-Debüt gegeben hat, eher Training als harter Konkurrenzkampf. Aber ein Rennen, bei dem er viel Spaß haben wird und nicht zuletzt gute PR – „aber die hat auch einen ernsten Hintergrundgedanken“, so Hundsichler.

„Im Para-Cycling gibt es zwar im Spitzen- bzw. im Semi-Spitzenbereich sehr viele, sehr gut organisierte Rennen. Aber es fehlen oft die Möglichkeiten zum Einstieg, also Hobby-Rennen.“ Was es dafür braucht? „Eigentlich nicht viel: eine gesperrte Straße und eine Zeitnehmung. Auch Lauf-Veranstaltungen wären geeignet, eine Handbike-Wertung anzubieten“, sagt Hundsichler.

Viele Menschen, die im Rollstuhl sitzen und den Radsport hobbymäßig betreiben, würden davon profitieren, niederschwellig ins Renngeschehen einsteigen zu können. Das weiß Benjamin, der seit einem Sportunfall im Jahr 2021 im Rollstuhl sitzt, aus eigener Erfahrung. „Ich war vor dem Unfall im Nachwuchs-Rennradfahren aktiv und ich hatte danach sofort die Vision vom Handbiken, ich wollte dem



Seit knapp drei Jahren betreibt Benjamin Hundsichler das Handbiken auf Leistungsniveau, heuer hat er sein Weltcup-Debüt gegeben. Foto: Benjamin Hundsichler

Renn- bzw. Leistungssport auf jeden Fall treu bleiben.“

Seinem Verein, der Radunion St. Johann, ist er ebenfalls treu geblieben, und seine „Vision“ hat er höchst erfolgreich in die Tat umgesetzt: Seit inzwischen drei Jahren betreibt er das Handbiken auf Leistungsniveau, nimmt an Europa- und Weltcup-Rennen teil und hat noch größere Ziele: Stichwort Paralympics 2028 in Los Angeles.

Vorurteile abbauen

„Es gibt eine enorme Dichte an der Spitze – aber nur eine begrenzte Anzahl an Startplätzen. Da wird dir nichts geschenkt“, sagt Hundsichler. Nachsatz: „Weil auch Behindertensport ist Leistungssport.“ Denn obwohl der Behinderten-Radsport sehr gut im Weltverband UCI integriert sei, „gibt es trotz-



Foto: Thomas Steinbacher

„Die Dichte an der Spitze im Para-Cycling ist enorm, da wird dir nichts geschenkt.“

Benjamin Hundsichler
Handbike-Profi

dem immer noch viele Vorurteile abzubauen“, vor allem bei Außenstehenden.

Was Leistungssport neben der Teilnahme an Rennen bedeutet, zeigt Bennys wöchentliches Pensum: „Ich würde grob sagen, es sind 15 bis 20 Stunden reines Training. Dazu kommt dann noch die Organisation, das Material, die Arbeit mit Sponsoren, Marketing und Co, da kommt viel zusammen.“ Dabei weiß er auch sein Umfeld – von seiner Freundin und Familie bis hin zu Sponsoren und Arbeitgeber – zu schätzen: „Ohne ein unterstützendes bzw. verständnisvolles Umfeld wäre es sehr schwierig.“

In seinem „Brotjob“ arbeitet Benny seit einem Jahr halbtags in einer Steuerberatungskanzlei, davor hat er am MCI in Innsbruck studiert. „Das mag zwar trocken klingen, ich emp-

finde es aber als super Ausgleich zum Sport. Das Recht taugt mir, es ist ein verantwortungsvoller Beruf, bei dem man anderen hilft, Lösungen zu finden.“

Sein Talent, Lösungen zu finden und sich mit neuen Situationen zu arrangieren, beweist Hundsichler nicht nur sportlich – als Speaker lässt er auch andere an seinem beeindruckenden Weg teilhaben.

Nächstes Ziel: A-Kader

Auf dieses lautet sein nächstes Ziel, es in den A-Kader des österreichischen Nationalteams zu schaffen. Rennmäßig stehen heuer „nur“ noch zwei Europacup-Rennen im Herbst auf dem Programm, ansonsten ist die Saison, die Ende März startet, so gut wie vorbei. Dabei bewegt sich die Distanz bei Handbike-Rennen meist zwischen 60 und 70 Kilometern,

beim Kufsteiner Radmarathon werden es 40 sein – dafür mit 400 Höhenmetern, „das spielt mir natürlich in die Hände“, sagt Benny mit einem Lächeln. Denn mit klassischen Tiroler Trainingsbedingungen gehören auch längere Bergeinheiten zu seinem Trainingsplan.

„Das ist alleine schon für den Muskelaufbau wichtig.“ Denn während FußgängerInnen, die ins Radfahren einsteigen, bereits eine gewisse Ausdauer muskulatur mitbringen, weil es der Körper gewöhnt ist, ist das in den Armen anders: „Da hast du ohne Training keine Ausdauer“, erklärt Hundsichler. Insofern schätzt er die vielseitigen Trainingsbedingungen an seinem Heimatort Kufstein umso mehr. Was sie für das erste Heimrennen wert sind, wird er am Sonntag zeigen können.