



Top vorbereitet auf den großen Kampf: Robin Krasniqi beim „Hightechtraining“ mit dem Team der Sportschule Kinema in der computergesteuerten Beinpresse mit Atemgasanalyse, Herzmessung und Blutkontrolle.

Die letzte WM-Chance

Für Robin Krasniqi geht es am Samstag um den Titel im Halbschwergewicht

Von Christian Liebl

Wenn Boxer Robin Krasniqi am Samstag in der Getco-Arena zu Magdeburg (um 23.15 Uhr live in der ARD) gegen seinen SES-Stallkollegen Dominic Bösel um die IBO- und die WBA-Weltmeisterschaft im Halbschwergewicht kämpft, drücken ihm viele seiner Fans und Trainingskollegen aus dem Bayerwald die Daumen. Eine Abordnung mit rund 60 Athleten der Sportschule Kinema von Sepp Maurer in Höllhöhe bei Neukirchen b. Hl. Blut, wo sich Krasniqi schon seit acht Jahren für seine Kämpfe fit macht, wird live unter den 2000 zugelassenen Zuschauern vor Ort dabei sein.

„Es heißt für mich Sieg oder Tod. Ich bin bereit, alles zu opfern für diesen Titel“, sagte Krasniqi am Dienstag im Gespräch mit unserer Zeitung. Der 33-jährige gebürtige Kosovare, der mittlerweile in Augsburg sein eigenes Box-Gym eröffnet hat, weiß, dass es für ihn die wohl letzte Chance auf einen Weltmeistertitel ist. Zweimal hatte er bereits WM-Kämpfe, im Jahr 2013 unterlag er in der Londoner Wembley Arena nach Punkten Nathan Cleverly und im Jahr 2015 musste er sich Jürgen Bräuer geschlagen geben. Im dritten Anlauf soll es nun also endlich klappen.

Krasniqi: „Ich bin gar nicht nervös“

Der WM-Titel fehlt Krasniqi noch in seiner Sammlung. Bayerischer Meister, Deutscher Meister, Intercontinental Champion und Europameister war er bereits. Nun geht es also um den höchsten Titel des Box-Verbandes WBA, in dem auch Henry Maske in den 90er-Jahren der Champion war. Trotz dieser Drucksituation wirkt der sympathische und bodenständige Boxer ruhig. „Ich bin gar nicht nervös, ich habe zur Vorbereitung alles getan und gemacht. Ich habe das ganze Jahr schon trainiert, denn wir haben gewusst, dass noch etwas Großes kommt. Wir sind jetzt da, wo wir vom Niveau her sein wollen. Ich werde mit kühlem Kopf und großem Herzen in diesen Kampf gehen“, sagt Krasniqi.

Einer, der morgen ganz besonders mitfiebert wird, ist Robin Krasniqis Fitness- und Athletik-Coach Sepp Maurer. Schon 17-mal stand der Bayerwaldler in der Ecke Krasniqis. „Wir sind seit acht Jahren ein Team, haben zusammen verloren und auch alles gewonnen. Robin war immer in den Top Ten der Welt-rangliste und hat diese auch lange als die Nummer 1 angeführt. Nur die Weltmeisterschaft fehlt noch“, sagt Maurer. Er schätzt die Chancen seines Schützlings auf „50:50“.

Der amtierende Weltmeister Dominic Bösel, der wie auch Krasniqi dem SES-Boxstall angehört, hat boxerisch mehr Erfahrung, er begann bereits im Alter von sechs Jahren und hat über 100 Amateurkämpfe in seiner Vita. Krasniqi hingegen startete erst im Alter von 17 Jahren mit dem Boxsport – gleich im Profibereich. Auch Bösel absol-



Seinen letzten Kampf am 22. August gewann Krasniqi (links) auf der Seebühne Magdeburg in der sechsten Runde durch Technischen K. o. gegen Stanislav Eschner. Foto: Erol Popova

vierte vor einigen Wochen einen Teil seiner Vorbereitung auf der Höllhöhe – nicht zum ersten Mal. Schon vor einigen Jahren schwitzten die beiden morgigen Kontrahenten gemeinsam unter den Fittichen Sepp Maurers, der derzeit acht Profis aus fünf verschiedenen Boxställen betreut.

16-wöchige Vorbereitung

„Als er zum ersten Mal auf die Höllhöhe gekommen ist, hatte er nicht einmal Handympegang und wollte gleich wieder gehen. Doch dann hat er an den Bergen gefallen gefunden“, erinnert sich Maurer an die erste Begegnung mit Krasniqi. „Da ist nach acht Jahren natürlich eine persönliche Bindung da und man ist beim Kampf voll dabei. Das Krasseste ist, wenn die Nationalhymne gespielt wird. Da wird dir dann klar: Wir verkörpern Deutschland und kämpfen um den größten Titel, den es gibt. Da denkt man dann zurück an die vielen Trainingsstunden in den vergangenen Wochen“, so Maurer.

16 Wochen dauerte die Vorbereitung auf den Kampf. An fünf Tagen pro Woche stand Individualtraining an. Krasniqis Tagesablauf: Frühstück, Stretching, eineinhalb Stun-

den Radfahren, Mittagessen, eineinhalb Stunden Laufen, Techniktraining, Abendessen, eine Stunde Physiotherapie, von 20.30 bis 21.30 Uhr Athletiktraining und dann noch Sauna/Regeneration.

Am sechsten Trainingstag stand dann ein sogenanntes „Event-Training“ gemeinsam mit anderen Kinema-Sportlern an. „Vor fünf Jahren war meine Philosophie noch: Boxer sollen nur mit Boxern trainieren. Das hat sich nach einem USA-Aufenthalt geändert, dort habe ich mir bei den New York Giants (Team in der National Football League, Anmerkung der Redaktion) diese Trainingsform abgeschaut. Bei dieser trainieren beispielsweise Bergläufer, Motocross-Fahrer, Triathleten, Boxer, Gewichtheber und Skifahrer gemeinsam. So kriegt jeder ganz andere Eindrücke und jeder profitiert vom anderen“, erläutert der Fitness-Guru.

Knapp zwei Kilo müssen noch weg

Angesichts dieses Mammut-Programms sieht der Coach aus dem Bayerwald seinen Schützling konditionell bestens in Schuss: „Von der Athletik und konditionell ist Robin zu 1000 Prozent fit, man könnte einen Athleten nicht besser vorbereiten.“ Ein bisschen Arbeit wartet auf Maurer und Krasniqi vor dem morgigen Kampf dennoch. Seinen letzten Titel, die Europameisterschaft, hatte der Boxer nämlich in der Gewichtsklasse bis 76 Kilogramm errungen. Morgen geht es aber um die Krone im Halbschwergewicht bis 79,2 Kilogramm – was jedoch ebenfalls unter dem Normalgewicht des ohnehin durchtrainierten Krasniqi liegt. Stand beim Gespräch am Dienstag brachte der WM-Herausforderer noch 81 Kilogramm auf die Waage, da ist bis zum Kampftag also noch Gewicht abkochen angesagt.

Auch wenn es morgen wohl die letzte Chance auf einen WM-Titel für Robin Krasniqi ist, blickt dieser gelassen in die Zukunft: „Ich habe für jede Situation einen Plan.“



Nach Robin Krasniqis EM-Sieg gegen den Russen Stanislav Kastanov 2018 durfte sich Sepp Maurer den Gürtel umschnallen. Das möchte er gerne morgen auch mit dem WM-Gürtel tun.