

## BEHINDERTENSSPORT

## Felix Brunner will hoch hinaus

Mentale Kraft überwindet Täler, führt zum Gipfel und leitet über den Horizont hinaus – so beschreibt Felix Brunner seine Lebensphilosophie. Seit einem Unfall vor acht Jahren sitzt er im Rollstuhl. Er behielt seine Lebensfreude und träumt von einem Start bei den Paralympischen Winterspielen im März kommenden Jahres.

*Sie betreiben seit Ihrem dritten Lebensjahr Wintersport. Wie hat sich für Sie das Skifahren in den vergangenen 25 Jahren verändert?*

**Felix Brunner:** Früher wie heute fühle ich mich im Schnee pudelwohl. Nach meinem Unfall, dem monatelangen Koma und Krankenhausaufenthalt habe ich im Januar 2013 erstmals Monoski probiert. Mittlerweile wedle ich nicht langsamer den Berg hinab wie Jugendmannschaften. Eine gute Vorbereitung ist hierbei unerlässlich. Die Kanten des Monoskis müssen optimal geschliffen sein. Da ich die Schwünge über den Oberkörper lenken muss, benötigt man eine gute Kondition. Ganz einfache Dinge wie eine Umkleide oder Hilfen beim Skilift müssen koordiniert werden.

*Wie behindertenfreundlich sind die Skigebiete in unserer Region?*

**Brunner:** Da ich in Hopfen am See lebe, trainiere ich oft in Österreich, beispielsweise am



Monoskifahrer Felix Brunner aus Hopfen am See könnte Deutschland bei den Paralympics vertreten. Auf dieses Ziel trainiert der 28-Jährige hin. Foto: simontoplak.com

Hintertuxer Gletscher in Reutte, Ehrwald oder Hahnenkamm. Ab und zu fahre ich aber auch im Tannheimer Tal oder in Nesselwang. Kleinere Skigebiete haben meiner Erfahrung nach noch Nachholbedarf. Wichtig ist auch, dass der Parkplatz nahe der Bahn ist sowie behindertengerechte Toiletten.

*Ihr großer sportlicher Traum ist eine Teilnahme an den Paralympics in Pyeongchang. Wie realistische ist dieses Ziel?*

**Brunner:** Die Chancen stehen 50 zu 50. Die Leistungsdichte bei den Herren sitzend in der Kategorie LW10-1 bis LW12-2 ist schon enorm. Im Slalom habe ich mich für den Weltcup qualifiziert, im Riesenslalom stehe ich kurz davor. Die sportmedizinische Untersuchung beim Deutschen Olympischen Sportbund (DOSB) war erfolgreich. Ich trainiere selbst sowie mit dem Bayernkader mit dem Landestrainer und ehemaligen Weltcup-Fahrer Edi Reichert. Olympia ist nach wie vor ein Traum und ein Ziel. Aber ich bin Realist. Wenn es klappt,

wäre das super! Was auch passiert, ich werde immer Skifahrer bleiben. Ich habe gelernt, Niederlagen zu akzeptieren. Man muss neunmal auf die Nase fallen, um einmal ganz oben zu stehen.

*Inwiefern profitieren Sie hierbei von Ihrer Erfahrung als Motivationsredner im Dillinger 5-Sterne-Team?*

**Brunner:** Nach meinem Unfall, den 152 Tagen im künstlichen Koma und einem Jahr auf der Intensivstation gab es für mich nur einen Weg, den Weg nach vorne. Ich wollte wieder zurück in die Berge. Dieses Ziel habe ich erreicht. Im Sommer 2013 überquerte ich als erster Rollstuhlfahrer die Alpen offroad mit einem Handbike. Das hat mir unwahrscheinlich viel Selbstvertrauen gegeben. Ich bin in einem tollen Leben angekommen, wo ich nichts missen möchte. Als diplomierter Fachwirt im Sportmarketing mit Schwerpunkt Krisenmanagement und Teambuilding hilft es mir, wenn ich meine Lebensgeschichte an meine Mitmenschen weitergeben kann.

*Wer sind Ihre Zuhörer und wie viele Vorträge halten Sie pro Jahr?*

**Brunner:** Meine Zuhörer sind breit gestreut – von Schülern über dem Le Mans-Team von Audi bis hin zu Entscheidern aus der Wirtschaft. Es gibt Wochen, an denen ich zwei bis drei Vorträge im deutschsprachigen Raum halte. In der Wintersaison sind es etwas weniger. In den vergangenen Monaten war ich beschäftigt, ein Buch über mein Leben zu schreiben. Seit Kurzem ist es im 5-Sterne-Verlag erschienen.

*Was erwartet Ihre Leser?*

**Brunner:** „Aufwachen – Der Horizont ist nicht das Ende“ beschreibt den steinigen Weg von meinem Unfall, der langen Zeit im Krankenhaus und der Reha zurück ins „normale“ Leben. Ich zeige den Lesern nicht, wie sie ihr Leben gestalten sollen, sondern vielmehr möchte ich zum Denken anregen. In Bewegung zu bleiben, flexibel auf Herausforderungen zu reagieren, ist genauso wichtig wie die Zielsetzung selbst. Was mich beson-

ders freut, dass schon vor dem Verkaufsstart 30.000 Vorbestellungen eingingen. Und die ersten Reaktionen auf mein Buch sind durchweg positiv.

*Warum engagieren Sie sich auch für den Blutspendedienst des Roten Kreuzes?*

**Brunner:** Weil es mich ohne Blutspende nicht mehr gäbe! Aufgrund meines Unfalls und nach mehreren Komplikationen bekam ich 400 Liter fremdes Blut. Das sind 800 Transfusionen – 800 Menschen, die mir geholfen haben. Deshalb war es mir ein Bedürfnis, mich als Botschafter des Blutspendedienstes beim Bayerischen Roten Kreuz zu engagieren.

*Gibt es in Ihrem Leben Vorbilder?*

**Brunner:** Meine Eltern sind zweifelsohne Vorbilder für mich. Geholfen hat mir auch Florian Fischer, Mitglied der Rollstuhl Basketball-Nationalmannschaft. Er hat mich damals in der Rehaklinik besucht, hat mich inspiriert und mich zum Umdenken bewegt. Florian hat mir gezeigt, dass das Leben auch im Rollstuhl lebenswert ist.

*Skikarriere, aufgeschlossener Vortragsredner, Engagement beim Blutspendedienst – hat Ihr Tag mehr als 24 Stunden?*

**Brunner:** Nein, aber wenn einem sein Tun Spaß macht, reut einem der Aufwand nicht. Ich bin ja auch kein klassischer Querschnittsgelähmter! Nebenher bauen wir gerade. Und ich betreue noch Leistungssportler wie Philipp Nawrath, Juniorenweltmeister im Biathlon. Bei den Weltcup im finnischen Kontiolahti und am Holmenkollen in Norwegen durfte er im März viermal an den Start gehen. Ich kümmere mich mit um die Vermarktung und helfe ihm, sich mental fit zu machen. Er muss lernen, dass Erfolg Zeit braucht; Erfahrung ist der Schatz, den es zu heben gilt!

*Haben Sie sich für kommendes Jahr neben der Startberechtigung bei den Paralympischen Spielen ein Ziel gesetzt?*

**Brunner:** Erstes Ziel sind ganz klar die Paralympics. Sollte es nicht klappen, dann werde ich im März in Utah/USA ein neues Projekt angehen. Doch zu viel möchte ich noch nicht verraten. Marcus Barnstorf

## ZUR PERSON

Mit 19 Jahren war Felix Brunner tatkräftiges Mitglied der Bergrettung in Füssen und machte eine Ausbildung zum Krankenpfleger. Am 17. Januar 2009 stürzte er in eine 30 Meter tiefe Schlucht. Nach einem dramatischen Rettungseinsatz folgte ein langer Weg zurück ins Leben: Komapatient, ein 13-monatiger Aufenthalt auf der Intensivstation und bis heute über 60 Operationen. Der Vortragsredner des Dillinger 5-Sterne-Teams und Diplom-Fachwirt im Sportmarketing überquerte 2013 als erster Rollstuhlfahrer mit einem Handbike die Alpen. Das nächste Ziel des Ostallgäuer Monoskifahrers: Die Teilnahme an den Paralympischen Spielen 2018.