

# Schroth will noch immer hoch hinaus

NÜRNBERG – Das Wiedersehen mit den ehemaligen Mitspielern vor zwei Wochen in Nürnberg war für Markus Schroth eine willkommene Gelegenheit: Für den ehemaligen Stürmer und Vizekapitän des 1.FCN schloss sich ein Kreis. Der Endspielsieg gegen Stuttgart sollte ein Höhepunkt in der Karriere des gebürtigen Karlsruhers sein. Rückblickend war der Sieg im Berliner Olympiastadion sein letzter.

Schroth ging 2007 zurück zu 1860 München, machte bei den Löwen aber kein Pflichtspiel mehr. Wegen einer komplizierten Knieverletzung unterzog er sich mehreren Operationen, konnte dem Karriereende aber doch nicht entfliehen. „Das hat mich richtig umgehauen. Ich war bei den besten Spezialisten und habe eineinhalb Jahre getan, was möglich war.“ Hätte er gewusst, dass das Pokalfinale sein letzter Höhepunkt werden würde, „hätte ich das ganz anders wahrgenommen. So ging es von hundert auf null“. Den emotionalen Abschied holte er nun, zehn Jahre später, nach.

Nach seiner Spielerkarriere (300 Bundesligaspiele, 62 Tore) begann Schroth bei 1860 München in der Vermarktung zu arbeiten. Später machte er seine Trainerscheine, kümmerte sich um den Löwen-Nachwuchs und war für ein Jahr Co-Trainer der Profis. Im Mai 2013 schloss er auch dieses Kapitel. Schroth nahm sich nach 15 Jahren als Profi „Zeit für mich“. Er stellte sich essenzielle Fragen: „Wo stehe ich? Wo will ich hin? Was will ich noch erreichen?“

Seine Lebenspartnerin Petra Weber unterstützte ihn in dieser Zeit. Mit gezielter Energiearbeit und mentalem Coaching half sie ihm auch wieder auf die Beine. Schroths eigentlich austherapiertes Knie regenerierte sich. Bei einem Besuch des wohl bekanntesten Trails rund um das Bergmassiv Mont Blanc entdeckte er seine Leidenschaft für den Bergmarathon – Extremläufen, die bei Tagesanbruch beginnen und manchmal tief in der Nacht oder erst am nächsten Tag enden. „Drei Wochen später bin ich irgendwo in



Ohne Ball, dafür mit Stöcken: Markus Schroth ist inzwischen ein begeisterter Trailläufer und Bergsteiger. *Foto: oh*

Slowenien durch den Wald gelaufen und habe meinen ersten Ultratrail absolviert“, erzählt der heute 42-Jährige. Mit Stirnlampe ging es 120 Kilometer querfeldein durch die Natur. 5000 Höhenmeter später erreichte Schroth überglücklich das Ziel. „Das war wie ein persönlicher Pokalsieg für mich. Letztendlich ist da schon ein Wunder passiert. Ich konnte wieder eine Leistung erzielen, die ich auch vorher als Sportler erbracht habe.“

Höher, schneller, weiter ist aber nicht das Ziel. „Es geht nicht um die Zeit, die ich für einen Lauf brauche. Das ist ja nicht auf Dauer steigerbar. Es geht darum, im jeweiligen Moment zu leben, ihn zu spüren. Das erfüllt mich. Dann bin ich zufrieden und glücklich.“ Und wenn dieser Zustand leicht, sozusagen in einem Flow, zu erreichen ist, ist Schroth seinem Ziel, „der Selbstverwirklichung“, besonders nah. Mit seiner Lebensgefährtin Petra Weber verbindet ihn auch die Passion für das Bergsteigen. Gemeinsam bereisten sie das Himalaya-Gebirge und bestiegen den 6645 Meter hohen Mera Peak in Nepal.

Auch beruflich sind die beiden eng verbunden. Der ehemalige Club-Profi ließ sich von seiner Partnerin zum Mentalcoach und Kinesiologen ausbilden: „Das war nicht geplant, es hat sich so entwickelt.“ Seine Erfahrungen als Sportler und sein Wissen als Coach gibt er nun anderen Menschen weiter.

*Stefan Jablonka*