

„Auf dem Gipfel fühlt man sich erhaben“

Auf dem Mont Blanc du Tacul (4248 Meter): Markus Schroth mit Freundin Petra. Im Hintergrund der Mont Blanc, mit 4810 Metern höchster Berg der Alpen



Begeisterte Ausdauer-Athleten: Schroth und Freundin Petra

Ex-Profi Markus Schroth macht heute Ultra-Läufe und besteigt Himalaja-Berge

Von CLAUDIA BOTHMANN

Dieses Gefühl, ganz oben anzukommen, genießt er immer wieder.

Ex-Bundesliga-Profi Markus Schroth (42) musste 2009 seine Karriere beenden. Was er jetzt macht, übersteigt in Sachen Anstrengung alles, was er als Fußballer erlebt hat. Schroth läuft Ultratrails über 160 Kilometer in den Alpen, absolviert dabei 10 000 Höhenmeter. Nicht nur das: Schroth klettert auf die

höchsten Berge der Welt. Mit 6476 Metern ist der Mera Peak im Himalaja bisher der höchste Gipfel.

Schroth: „Da oben auf dem Gipfel fühlt man sich total erhaben. Sehr ergreifend! Die Majestät der höchsten Berge der Welt und die unendlichen Weite des Himalaja zu erleben – es ist schwer vergleichbar, vielleicht mit einem Pokalsieg. Da steckt auch viel Arbeit und Energie drin, dazu braucht man Persönlichkeit.“

Was Schroth meint: 2007 holt er als Vize-Kapitän mit Nürnberg

Was macht eigentlich...
MARKUS SCHROTH

den DFB-Pokal, gewinnt das Finale 3:2 n.V. gegen Meister Stuttgart. Nach dem Sieg wechselt er zu 1860 München. Für den Klub macht er aber kein Spiel. Denn noch in der Vorbereitung verletzt er sich schwer am Knie.

Diagnose: Knorpelschaden.

Schroth: „Die Ärzte sprachen von einem 2-Euro-Stück großen Loch im Knie und gaben mir keine Hoffnung mehr, jemals wieder Spitzensport betreiben zu können. Ich konnte das nicht glauben. Es hat mich von der Pritsche gehauen, ich war am Boden zerstört.“

Der Stürmer unterzieht sich drei Operationen, will sich in über 15 Monaten Reha zurückkämpfen, lässt sich bei einem Spezialisten in Belgien behandeln. Er sagt: „Ich habe nach den OPs nochmal fast 2 Jahre alles probiert, was medizinisch und in der Reha möglich war, aber es ging nicht mehr...“

Und danach? „Ich habe mir bewusst Zeit für mich genommen. Nach meiner Verletzung hat mir etwas gefehlt, was meine Persönlichkeit ausmacht.“

Über Mentaltraining lernt er seine Freundin Petra kennen. Seit 2013 sind die beiden ein Paar. Mit ihr kämpft er sich zurück. Nicht in den Profi-Fußball, aber in den Sport.

Schroth: „Meine Partnerin hat mich mit ihrer Kompetenz und langjährigen Erfahrung als Mentalcoach unterstützt, ohne sie stünde ich jetzt nicht an dem Punkt, an dem ich jetzt stehe. Sie ist immer an meiner Seite. Es ist schön! Wir teilen viel.“

Nicht nur den Job als Mentalcoach, auch die gemeinsamen Extrem-Trips.

Schroth: „Die Faszination am Höhenbergsteigen hat sie mit in die Beziehung eingebracht. Die Begeisterung für das Ultratraillaufen kommt von mir, die Berge verbinden uns.“

Im Juni steht der nächste 160-Ki-

lometer-Run an. Irgendwann danach will er einen 7000er-Gipfel erklimmen.

Vorher aber trifft er am 14. Mai in Nürnberg die anderen Pokalhelden von 2007: „Da werden wir in Erinnerungen schwelgen von der Pokalnacht. Das war das Highlight in meiner Karriere. Wir haben ordentlich gefeiert, wie es sich eben gehört.“

Und: „Der Pokal war mein letztes Spiel, das macht es noch einmal zu etwas ganz Besonderem. Die Krönung meiner Karriere.“

Das Gefühl, ganz oben gestanden zu haben, genießt er heute noch.

Pokalsieger 2007 mit Nürnberg

Markus Schroth begann seine Karriere beim Karlsruher SC, für den er seine ersten von insgesamt 300 Bundesliga-Spielen machte (62 Tore). 1998 wechselte er zu 1860 München, 2004 nach Nürnberg. Mit dem Club gewann er 2007 den DFB-Pokal

gegen Stuttgart. In der Vorbereitung auf die Saison 2007/08 verletzte sich Schroth zurück bei 1860 am Knie – Karriereende. 2011 wurde er Co-Trainer der Amateure von 1860, 2012 der Profis. 2013 verließ er die Münchner auf eigenen Wunsch.

Foto: DPA



Größter Erfolg: Schroth 2007 mit Pott



Schroth beim Ultra-Trail du Mont Blanc, bei dem die Starter 160 Kilometer zurücklegen

Fotos: PRIVAT (3)