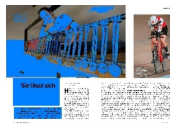


Sie lässt sich *nicht* *bremesen*

Niemand vom Schweizer Team war an der Rad-WM in Glasgow so erfolgreich wie **Flurina Rigling**. Fünf Medaillen holt die 26-jährige Zürcher Paracyclerin, zweimal steht sie zuoberst auf dem Podest. «Heute bin ich im Reinen mit meinem Körper.»



Zweifache Weltmeisterin! Flurina Rigling mit der Sammlung ihrer Medaillen in ihrem Zimmer in Hedingen ZH. Sie trägt eines ihrer WM-Trikots.



TEXT THOMAS KUTSCHERA

FOTOS GERI BORN

Hats noch Platz? An der Stange über ihrem Bett in Hedingen ZH hängen ihre Medaillen. Nun hat Paracyclerin Flurina Rigling, 26, bei der Rad-Weltmeisterschaft im schottischen Glasgow fünf weitere geholt, in ihrer Kategorie C2: Gold in der Einzelverfolgung und im Strassenrennen, Silber im Zeitfahren und Omnium, Bronze im Scratch. Die Weltmeisterin schmunzelt. «Irgendwo finde ich schon ein Plätzchen.»

Seit Geburt hat die Zürcherin wegen einer seltenen Genmutation an jeder Hand nur einen Finger und an jedem Fuss nur einen Zeh. Deshalb kann sie nicht gut greifen und ihre Wadenmuskulatur nicht einsetzen. So kann sie beim Radfahren mit den Beinen nur drücken, aber nicht ziehen.

Doch Flurina hat sich durch ihr Handicap nie behindern lassen. Sie lebt noch bei ihren Eltern, «doch ich führe ein selbstständiges Leben». Schon als kleines Meitli eignet sie sich die Kniffe an, um eine Ovo-Büchse zu öffnen, die Kleider ihrer Barbiepuppe zuzuknöpfen, die Schuhe zu binden. Gern würde sie Klavier spielen, «doch so spiele ich halt Appenzeller Hackbrett». Fürs Arbeiten in der Küche und fürs Essen hat sie ein spezielles Messer. Als Primarschülerin wurde sie wegen ihrer Hände und Füsse gefoppt. «Im Hallenbad wars nicht so lässig.» In der Mittelstufe erlebt sie Mobbing, «das machte mir zu schaffen.» Heute stört es sie nicht mehr, wenn Leute im Tram sie anstarren. «Mit meinem Körper bin ich im Reinen, ich sehe ihn als Stärke.»

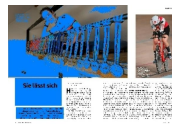
Schminken als Belohnung

Sport hat in ihrem Leben schon immer

eine wichtige Rolle gespielt. Bereits als Jugendliche ist sie viel Rad gefahren, sie ritt, schwamm, spielte Fussball. 2017 kauft Flurina ein Tourenvelo, fährt damit – neben ihrem Studium in Politik- und Umweltwissenschaften an der Uni Zürich – viele Schweizer Pässe hoch. «Auf dem Rad spüre ich eine grosse Freiheit.» Um den Radsport intensiver und erfolgreicher zu betreiben, nimmt sie als 23-Jährige Kontakt auf mit PluSport, der Schweizer Fachstelle für Behindertensport. Paracycling-Nationaltrainer Dany Hirs erkennt ihr Talent und ihre Willenskraft, er fördert sie. 2020 wird Rigling erstmals zweifache Schweizer Meisterin, 2021 gewinnt sie die EM. 2022 holt sie WM-Gold in der Einzelverfolgung, mit Weltrekord; Preisgeld vom Veranstalter gibts keines. Wenige Tage später rückt sie in Magglingen in die Spitzensport-RS ein. «Bei einem guten Resultat schminke ich mich vor der Siegerehrung, als Belohnung. Im Alltag mache ich das selten.» Nati-Trainer Hirs, 57: «Flurina ist eine Kämpferin. Zielstrebig und fair.»

Anders als bei Radrennfahrern ohne Behinderung gibts im Paracycling keine Profiteams. Zu Rigelings Umfeld gehören Strassen- und Bahntrainer, Velomechaniker, Sportärztin, Physiotherapeutin, Sportpsychologin und ein Ernährungsspezialist. Anfänglich musste die Profisportlerin vieles selber organisieren und bezahlen. Mit Crowdfunding finanzierte sie sich ein Zeitfahrrad. Nun hat sie Sponsoren und Gönner, welche die hohen Kosten für Material, technische Anpassungen, Trainingslager und Reisen mitfinanzieren. Nur schon eines ihrer zwei Rennschuhpaare kostet mit 8000 Franken so viel wie ein Rennrad, massgefertigt von einem Orthopäden.

Zum Glück sei ihr Vater Andreas



ein guter Handwerker. Der gelernte Forstwart arbeitet als Professor für Waldökologie. In seiner Werkstatt tüftelt er an Flurinas Rennrädern. Gemeinsam haben die zwei ein Trinksystem entwickelt – Flurina kann während des Velofahrens kein Bidon fassen. Ihr Velomechaniker, unterstützt von ETH-Ingenieuren, ist dauernd daran, ihre Velos zu verbessern. Damit sie möglichst optimal an ihre Hände angepasst sind.

Grenzen verschieben

13 000 Trainingskilometer hat Flurina dieses Jahr schon absolviert. Ihr Alltag ist durchgetaktet: Training, Schreiben an ihrer Masterarbeit zum Thema Paraspport, Material- und Aerotests, Sponsoren suchen, Vorträge vorbereiten. In Schulen und Vereinen setzt sie sich für die Integration des Behinderten in den Regelsport ein. Und für die Gleichberechtigung von Frauen im Rad- und Paraspport. «Ich bin sehr belastungsfähig.» Flurina lacht. «Doch etwas mehr Lockerheit täte mir gut.» Paracycling ist ein Lebensstil, der fordert und erfüllt, sagt sie. «Dieser Sport gibt mir die Chance, meine Leidenschaft zu leben.»

Die Zürcherin lässt sich nicht bremsen. Ihre nächsten grossen Ziele: die Paralympics in Paris und die Verteidigung ihres WM-Titels in Zürich, ebenfalls 2024. Flurina ist fokussiert – und cool. «Ich sehe meine Grenzen. Und verschiebe sie.» ●



«Paracycling ist ein Lebensstil, der fordert und erfüllt»

FLURINA RIGLING

In der Werkstatt neben dem Wohnhaus tüfteln Flurina und ihr Vater an einer möglichst optimalen Auflagefläche bei ihrem Rennradlenker.



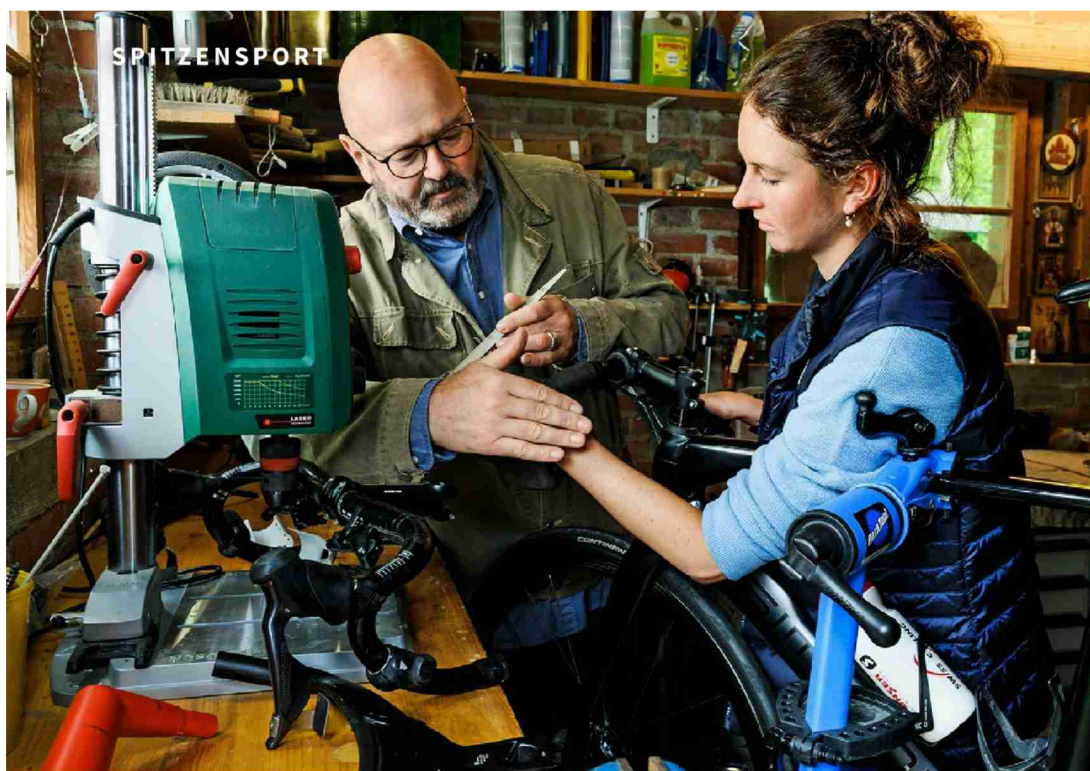
Schweizer Illustrierte
8021 Zürich
058 269 26 26
<https://www.schweizer-illustrierte.ch/>

Medienart: Print
Medientyp: Publikumszeitschriften
Auflage: 97'310
Erscheinungsweise: wöchentlich

Seite: 42
Fläche: 150'746 mm²

Auftrag: 3006004
Themen-Nr.: 312.001

Referenz: 89048640
Ausschnitt Seite: 4/5



Flurina (r.) und ihre Schwester Anna, 25, daheim mit Vater Andreas, 59, und Mutter Barbara, 63. «Von meiner Familie habe ich volle Unterstützung.» Die Eltern feuerten sie in Glasgow an.



Schweizer Illustrierte
8021 Zürich
058 269 26 26
<https://www.schweizer-illustrierte.ch/>

Medienart: Print
Medientyp: Publikumszeitschriften
Auflage: 97'310
Erscheinungsweise: wöchentlich

Seite: 42
Fläche: 150'746 mm²

Auftrag: 3006004
Themen-Nr.: 312.001

Referenz: 89048640
Ausschnitt Seite: 5/5



Ihre deformierten
Hände am Spezial-
lenker, der Blick fokus-
siert: Rigling an der
Rad-WM in Glasgow
auf ihrer Fahrt zu Gold
in der Einzelverfolgung.