

Trittsicher wie ein Steinbock

Seit er seine Rennerei vor über 30 Jahren von der Strasse in die Berge verlegte, ist Trailrunning Roberto Rivolas grosse Leidenschaft. Er ist mitverantwortlich, dass in La Punt Chamues-ch der erste Trailrunning Parcours der Schweiz steht.



Porträt Roberto Rivola

Text Manuela Enggist

Selbst am Küchentisch in seiner Wohnung in La Punt Chamues-ch ist Roberto Rivola, 64, von seiner Leidenschaft umgeben. So steht auf einer Kommode die Auszeichnung des Atacama Crossing. Der Ultramarathon führt über 250 Kilometer durch die Atacama-Wüste in Chile. Dieses Rennen hat der gebürtige Tessiner im vergangenen Jahr in seiner Altersklasse – 60 bis 69 Jahre – gewonnen. An einer Wand hängt ein grosses Bild, das ihn beim Joggen durch eine karge Berglandschaft zeigt – im Vordergrund der Lej da Pischa. Und wenn Roberto Rivola aus dem Fenster blickt, schaut er direkt auf den Muntischè. Der Berg ist eines seiner Trainingsgebiete. «Es ist ein Aufstieg, vor dem viele Respekt haben, weil sie eine falsche Vorstellung vom Trailrunning haben», sagt Roberto Rivola. «Sie fragen mich immer wieder: «Und da rennst du hoch?» Wenn ich jeweils den Kopf schüttele, sind sie erstaunt.» Das Trailrunning habe über die letzten Jahre ein Image bekommen, das dem Sport gar nicht entspreche. Er will diese Ängste abbauen: «Trailrunning kann auch ein schnelles Wandern sein. Die Menschen sollen dieses Erlebnis genauso geniessen wie das Wandern.»

Roberto Rivola, der als selbstständiger Kommunikationsberater arbeitet, lebt seit elf Jahren im Engadin. Als zweites Standbein hat er sich im Bereich Trailrunning spezialisiert, bietet Kurse an, um Lauftechnik und Ausdauer weiterzuentwickeln. Zudem gibt er seine Erfahrung in Berg-, Wüsten- und Etappenläufen weiter. Schon als Jugendlicher hat er viel Sport gemacht: Leichtathletik, Biken, Wandern und Marathon. Er joggte durch London, Berlin und New York – bis er genug hatte von den geteerten Strassen. «Der Körperverschleiss ist enorm, wenn man auf dem immer gleichen Untergrund dieselben Bewegungen ausführt.» So wechselte er vor dreissig Jahren von der

Strasse in die Berge. Er begann mit Trailrunning, als dies in Europa noch kaum bekannt war. Zu dieser Zeit gab es in der Schweiz nur zwei Bergläufe – den Jungfrau-Marathon sowie den Swisalpaine. Er erinnert sich, dass er damals beim Training für seine Rennerei noch ab und zu getadelt wurde. «Jemand rief mir nach, ob ich eigentlich spinne. Wanderwege seien zum Wandern da.» Heute habe sich die Situation diesbezüglich entspannt: «Wenn die Menschen sich auf den Wanderwegen mit Respekt begegnen, ist das kein Problem.» Er halte immer an, wenn ihm jemand entgegenkomme. «So ist schon das eine oder andere spannende Gespräch entstanden.»

Vor zwei Jahren eröffnete am Dorfrand von La Punt Chamues-ch der erste Trailrunning Parcours der Schweiz. Angeregt und konzipiert hat das Projekt – wen wundert – Roberto Rivola. Er habe nicht nur bei sich, sondern auch bei Einheimischen wie Touristen gemerkt, dass ein Bedürfnis bestehe, auch im Frühjahr und im Herbst, wenn in den Bergen Schnee liege, draussen im Gelände zu trainieren. Vor drei Jahren ging er deshalb auf die Gemeinde zu. Diese war sofort bereit, ihn zu unterstützen. Entstanden sind acht Posten, an denen man seine Fertigkeiten wie Gleichgewicht, Schnelligkeit und Koordination trainieren kann. So gibt es beispielsweise einen Posten mit einer Slackline für Gleichgewichtsübungen, an einem anderen Ort muss man von Stein zu Stein springen oder über losen Schotter laufen. «Dies entspricht der Realität. Solche Wege sind in den Bergen zu finden. Wir haben nur mit natürlichen Materialien gearbeitet.»

Der Trailrunning Parcours wird aber nicht nur in den Zwischensaisons genutzt. Auch im Sommer fallen Roberto Rivola regelmässig Sportlerinnen und Sportler auf, die nach der Arbeit noch trainieren. «Ich sehe auch immer wieder Kinder, die von Baumstamm zu Baumstamm hüpfen.» Für Nachwuchs ist gesorgt.

Fotos: Federico Sette / Engadin Tourismus AG, Filip Zuan

Roberto Rivola trainiert fünf bis 20 Stunden pro Woche. Am liebsten ist er dabei im freien Gelände oder auf dem Trailrunning Parcours in La Punt Chamues-ch unterwegs.

