

# Handbiker aus Spiez

## Unentwegt an der Spitze unterwegs

Selbstbewusst und ausdauernd ist Fabian Recher mit dem Handbike auf Erfolgstour. Dabei waren seine vorgeburtlichen Diagnosen alles andere als erfolgsversprechend.

Guido Lauper  
Bom, 27. Oktober 2020



Training bei Aeschlen: Kurzer Halt hoch über dem Thunersee. Foto: PD/Daniel Oesch

«Ich bin Sportler, habe eine Behinderung und führe ein eigenständiges Leben. Der intensive Sport macht meine Persönlichkeit aus.» Das sagt der 21-jährige Spiezer Fabian Recher selbstbewusst. Zugleich ist er dankbar für den Entscheid seiner Eltern für statt gegen ihn, was ihm dieses selbstständige Leben ermöglichte.

Als sich Rechers Eltern 1999 entschlossen, den offenen Rücken (Spina bifida) noch im Mutterleib in Philadelphia in der sogenannten Fetalchirurgie operieren zu lassen, leisteten sie Pionierarbeit. Auf dem Kontinent gab es erst zwei Optionen: Abtreibung oder Operation nach der Geburt, immer mit der Gefahr der Bildung eines Wasserkopfes, von Blasen- und Darmfunktionsstörungen oder Lähmungen.

### Starke Muskeln

Die Schulen besuchte Recher wie andere Kinder auf eigenen Beinen. Er liebte das Fussballspiel und andere Sportarten, bis vor zwei Jahren im Rückenmark Verklebungen auftraten, die zu weiteren sogenannten inkompletten Lähmungen führten.

**Glücklicherweise blieben Oberkörper und Arme verschont.**

Glücklicherweise blieben Oberkörper und Arme verschont. Im Gegenteil, mit vermehrter Armarbeit im Handbike-Sport bildeten sich Fabian Rechers Muskeln verstärkt aus – was sich für den Zuschauer in flinken und präzisen Fortbewegungen im Rollstuhl bemerkbar macht.

## Vorschlag für den ÖV

Während seiner vierjährigen Ausbildung in der KV-Sportlerlehre – 70 Prozent Berufslehre und 30 Prozent, die ihm fürs Training zur Verfügung standen – fuhr Recher mit dem öffentlichen Verkehr nach Worblaufen zum Swisscom-Hauptsitz, wo er heute im Personalwesen tätig ist, derzeit im Homeoffice. «Im ÖV bin ich problemlos zurechtgekommen», sagt er. Erstaunt habe ihn allenfalls der Hinweis einiger Zugbegleiter, sich jeweils beim Handicap-Center zu melden. «In der digitalen Welt sollte es doch möglich sein, mit dem Handy in einem Tool zu melden, in welchem Zug und in welchem Wagen wohin ich unterwegs bin», schlägt er vor.



Handbiker Fabian Recher: «Intensiver Sport macht meine Persönlichkeit aus.»

Foto: Guido Lauper



Mit den ersten Autofahrstunden vor einer Woche freut sich Fabian Recher auf eine weitere Unabhängigkeit. Die Gewohnheit Mobilitätsbehinderter, sich in der Öffentlichkeit besonders vorsichtig zu bewegen, dürfte ihm auch dabei zugutekommen.

## Von Bern nach Tokio bis nach Paris?

Seit 2017 mischt Recher in der Handbike-Szene mit. In der Para-Cycling-Saison 2019 und 2020 fuhr er im Strassenrennen als Schweizer Meister ins Ziel. Diesen Herbst gelang ihm das im luzernischen Roggliswil mit 20 Runden, trotz Defekt am Vorderrad. Leider wurden die drei Etappen der Österreich-Rundfahrt im Oktober aus bekannten Gründen abgesagt.



Verdienter Lohn für ausdauerndes Training: Fabian Recher holt in Roggliswil am Strassenrennen 2020 der Handbike-Kategorie MH4 die Goldmedaille. Foto: PD

«Die Teilnahme an den um ein Jahr verschobenen Paralympischen Spielen in Tokio habe ich schon im Kopf», sinniert Recher, doch begründet er die Zweifel mit dem Hinweis: «Vermutlich kommt es in meinem Alter zu früh.» Einerseits habe die Schweiz nur drei Teilnehmende in den Sportarten Handbike und Standingfahrer, wie beispielsweise Athleten mit Amputationen, zugute. Trotzdem träumt er davon, dereinst in Paris bei den Paralympischen Spielen dabei zu sein.

## **Ganzjähriger Ausdauersport**

Um ganz vorne dabei zu sein, sind fast tägliche Fahrten im Handbike unerlässlich. Recher trainiert mit einem aufgesteckten Fähnchen, das die anderen Verkehrsteilnehmenden auf die tiefe Lage des Handbikers aufmerksam macht. Meist sei er mit einem «Fussgänger» unterwegs, also in Begleitung eines Freundes oder Trainers, Menschen ohne Handicap, zum Beispiel mit dem Velo.

### **Um ganz vorne dabei zu sein, sind fast tägliche Fahrten im Handbike unerlässlich.**

Solche Touren sind schnell mal 60 bis 100 Kilometer lang und führen über 1000 Höhenmeter. Im Winter hält sich Fabian Recher mit Langlauf fit, etwa in Kandersteg oder auf der Lombachalp. Dabei sitzt er in einer Kiste mit zwei Ski und bewegt sich mit den Stöcken vorwärts, die er in leichtem Gefälle auch zum Bremsen einsetzt.