

sympathisch-Infos

Grosser Respekt vor dem Älterwerden

Für den Schwingerkönig Matthias Sempach sind die Sportangebote der Pro Senectute sehr wichtig, denn er ist überzeugt, dass Bewegung im Alter massgeblich zum Wohlbefinden beiträgt.

Am Wochenende vom 31. August und 1. September 2013 gab es im Emmental nur noch ein Thema: «Das Eidgenössische Schwing- und Äplerfest in Burgdorf.» Im Schlussgang sicherte sich der Emmentaler Matthias Sempach, der bereits alle acht Gänge gewonnen hatte, gegen Christian Stucki den Königstitel. Als Matthias Sempach seinen Gegner auf den Rücken gelegt hatte, demonstrierte Christian Stucki eindrücklich, dass im Schwingsport Fairness einen sehr hohen Stellenwert hat. «Grossmehrheitlich geht es unter den Schwingern sehr kollegial zu, das kann ich mit gutem Gewissen sagen. Viele Schwinger sind untereinander enge Freunde» betont der Schwingerkönig. Von einem Tag auf den anderen wurde Matthias Sempach berühmt und er meint dazu: «Zu Beginn des Sieges war mir die Bedeutung des Titels Schwingerkönig nicht bewusst. Erst durch die grosse Anerkennung der Medien und der breiten Bevölkerung erkannte ich, dass dieser Titel etwas ganz Besonderes ist und ich damit auch Verantwortung übernehme. Ich spüre, dass ich für junge Menschen eine Vorbildfunktion habe, welche ich auch wahrnehmen will.»

Grosser Rummel um den Schwingerkönig

Rückblickend erzählt der sympathische Schwinger: «In den ersten drei Wochen war es einfach der reine Wahnsinn. Ich und meine engsten Familienmitglieder sind nur «geschwommen» in Glückwünschen, Medienanfragen und Briefpost.» Matthias Sempach möchte nicht unerwähnt lassen, dass er in dieser Zeit aber auch gelernt habe, Prioritäten zu setzen und auch mal «nein

Steckbrief

Matthias Sempach

Geburtsdatum:	10. April 1986
Beruf:	Landwirt und Metzger
Wettkampfgewicht:	110 kg
Grösse:	1.94 m
Schwingklub:	Kirchberg
Wichtige sportliche Erfolge:	Schwingerkönig 2013, Brünig-Siege 2011 und 2013
Lebensmotto:	Lebe deine Träume
Dafür engagiere ich mich:	Für fairen Sport
Hauptsponsor:	Emmentaler AOC

sagen» zu dürfen. «Der Tagesablauf musste seit dem Gewinn des Königstitels klar strukturiert werden und ich führe eine peinlichst genau geführte Agenda», hält der Schwingerkönig fest. Er fügt an, dass es bis anhin nicht möglich gewesen wäre, einer geregelten Arbeit nachgehen zu können. Sein Ziel ist es aber, ab Juni wieder auswärts zu arbeiten. Für Matthias Sempach ist ganz klar, dass er den Rummel um seine Person ohne die Flexibilität und den grossen Einsatz seiner Freundin Heidi Jenny nie so gut hätte bewältigen können. «Sie hat in dieser Zeit auch ihr Leben meinem Ziel untergeordnet und mich unterstützt, wo es nur ging» betont der 28-Jährige dankbar.



Foto Monika Flückiger

Dass Matthias Sempach trotz dem riesigen Erfolg am Boden geblieben ist, zeigt auch die Tatsache, dass er wann immer möglich, am Dorfleben in Alchenstorf teilnimmt, denn da habe er seine Jugendzeit verbracht, hier sei er zuhause.

Grosser Traum – einen Landwirtschaftsbetrieb zu führen

Bereits als kleiner Bub hat Matthias Sempach vom Titel des Schwingerkönigs geträumt. Auf die Frage, ob er nun wunschlos glücklich sei oder doch noch irgendwelche Träume hege, entgegnet der Schwinger: «Seit Kindheit habe ich den Wunsch von einem eigenen Bauernhof, den ich mir nach der Sportlerkarriere auch erfüllen möchte. Als ich sechs Jahre alt war, musste mein Vater den Pachtbetrieb in Utzigen aufgeben, was für mich damals sehr hart war. Danach zogen meine Eltern mit mir und meinem Bruder nach Alchenstorf. Obwohl wir dort keinen Landwirtschaftsbetrieb mehr geführt haben, erlernte ich trotzdem den Beruf des Landwirts und später habe ich mich zum Betriebsleiter weitergebildet.»

Grosse Solidarität im Schwingsport

Hat der berühmte Emmentaler im privaten Umfeld wie auch im Schwingsport Berührungspunkte mit Senioren? «Ja, im Schwingsport gibt es das sogar sehr stark. Vor allem beim

Schwingfestpublikum ist von Jung bis Alt alles anzutreffen. Ich finde es immer sehr schön, alle sind eine Familie. Das Alter spielt als Zuschauer an einem Schwingfest überhaupt keine Rolle.» Die Älteren weisen langjährige Erfahrung auf, kennen jeden Schwung und jeden Athleten in- und auswendig. Davon können die Jüngeren nur profitieren und am Abend feiern und fachsimpeln dann Alt und Jung zusammen im Festzelt. «Ich darf sagen, dass ich im Alltag oft aktiv Rat bei älteren Leuten suche.» Der Schwinger ist aber überzeugt, dass im täglichen Leben noch Raum für Verbesserungen zwischen den Generationen bleibt. Im Dorf, wo man sich kennt, sei die Solidarität schon noch viel grösser, als in der Stadt, wo man vermehrt aneinander vorbei lebt. «Gerade im Schwingsport beobachte ich eine grosse Solidarität. Man hilft sich aus, sei es auf der Tribüne mit Sonnencreme, einem Rädli Wurst oder beim Organisieren von Tickets für ein Schwingfest. Hier ist ein Geben und ein Nehmen zwischen Alt und Jung zu spüren.» Matthias Sempach bedauert es, dass seine Grosseltern früh gestorben sind. «Meine Grossväter waren für mich aber wichtige Vorbilder und man sagt mir, dass ich ganz nach meinem Grossvater mütterlicherseits komme, was mich immer wieder freut.» Dieser war auch Landwirt und Metzger und er war oft an Jungschwingeranlässen anzutreffen. Da die Mutter des Schwingerkönigs mit betagten Menschen arbeitet, besucht er dort das jährliche Lichterfest. Dieser Anlass gebe ihm immer einen sehr positiven Eindruck von den Seniorinnen und Senioren und er freue sich immer sehr, wenn er Gespräche mit diesen lebenserfahrenen Menschen führen dürfe.



Foto Andy Mettler

Grosser Respekt vor dem Älterwerden

«Ich weiss, dass ich meinem Körper mit dem harten Training nicht nur Gutes tue und frage ich mich manchmal, ob ich wohl im Alter noch mobil sein werde, oder ob ich mit grossen Folgeschäden zu kämpfen haben werde. Deshalb versuche ich schon heute, möglichst schonend zu trainieren und meinem Rücken und meinen Gelenken Sorge zu tragen» hält der Schwinger fest. Wie er sein Alter gestalten möchte, darüber mache er sich im Moment noch keine konkreten Gedanken. Er habe grossen Respekt vor dem Älterwerden, vom heutigen Standpunkt aus wünsche er sich, dass er das Alter aktiv geniessen könne. «Ich werde sicher ein alter Mann, der jeden Sonntag an einem

Schwingfest anzutreffen ist und über alte Zeiten schwärmt.» Sofern es ihm die Gesundheit erlaubt, möchte er auch dann noch Reisen unternehmen.

Grosse Worte: Wer rastet, der rostet!

Auf die Frage, ob er das Angebot von Pro Senectute kenne, meint der Schwingerkönig: «Ich hatte persönlich noch nicht grossen Kontakt zu Pro Senectute, kenne aber ältere Leute, die das Turnen-FitGym und Bewegungsangebote, wie Wandern und Fahrradtouren in Anspruch nehmen. Ich bin überzeugt, dass Bewegung und die Einbindung in die Gesellschaft gerade im Alter sehr wichtig sind.» Auf die Frage, ob es sich Matthias Sempach vorstellen könnte, sich für den Sport im Alter zu engagieren meint dieser lächelnd: «Ich weiss nicht, ob das nicht doch etwas gefährlich wäre, wenn ich mit Hürden und einem Sack Sägemehl antreten würde. Nein, Spass bei Seite: Im Moment bin ich nebst allen Verpflichtungen auch mit Schwingkursen stark engagiert. Aber man soll ja bekanntlich niemals nie sagen. Ich habe mich mit dieser Frage bis jetzt noch nicht auseinander gesetzt. Auf jeden Fall kann ich mir vorstellen, im Alter selber ein Angebot der Pro Senectute in Anspruch zu nehmen, Bewegung jeder Art finde ich nämlich gerade auch im Alter sehr wichtig. Denn ich bin überzeugt: wer rastet, der rostet!»

Anmerkung

Dem Siegermuni Fors vo dr Lueg

geht es sehr gut, er lebt in Ranflüh auf dem Hof eines Cousins von Matthias Sempach, wo er in einem schönen und grossen Stall mit eigenem Auslauf wohnt. Der Muni freue sich über den regelmässigen königlichen Besuch, denn der Schwinger ist überzeugt, dass er ihn jedes Mal erkennt und sich gerne von seinem berühmten Besitzer hinter den Ohren «kraueln» lässt.

Interview: Christine Mader, freischaffende Mitarbeiterin