

**Marcel Rohner**

In Willisau ist Stefan Reichmuth «Stifi». So stellt er sich vor, und so kennt ihn hier jeder. Die Leute, die vor dem Café sitzen und rauchen, der Mann, der auf dem Velo vorbeifährt. Stifi ist eine grosse Nummer im Dorf im Luzerner Hinterland.

Aber Stifi war ja eigentlich nie richtig da. Als Ringer lebte er mal in Moldau, mal in Georgien und mal in den hintersten Ecken Russlands. Bis zu 250 Tage im Jahr sei er weg gewesen, sagt er, in 53 Ländern habe er gerungen.

Das ist jetzt vorbei, Reichmuth, gerade 30 geworden, ist zurückgetreten. Im Mai verkündete er, dass er nur noch bis Ende Jahr ringen werde, ehe er mit einem Kollegen einen Veloladen im Ort übernehme, in dem er als gelernter Zweiradmechaniker schon jetzt Teilzeit arbeitet.

Das Leben hatte für Reichmuth aber einen Umweg parat. Auf höchstem Niveau ringen kann er schon jetzt nicht mehr.

### Stefan Reichmuth, Sie wollten ursprünglich bis Ende Jahr weitermachen, nun endete die Karriere aber abrupt. Was ist passiert?

Als ich in der Badi war, bekam ich plötzlich Schwierigkeiten beim Laufen, ich dachte, ich sei unterzuckert, und holte eine Cola. Dann begann es, das Bein hinauf zu kribbeln. Und dort, wo es kribbelte, spürte ich auch nichts mehr. Ich wurde noch in der Badi erstversorgt. Es ging so weit, dass ich nur noch gefallen habe. Im Spital bekam ich einen epileptischen Anfall, es kam raus, dass ich eine virale Hirnhautentzündung hatte.

**Wie ging es weiter?**  
Ich konnte nach vier Tagen nach Hause, dann bekam ich wieder starke Kopfschmerzen und später erneut einen epileptischen Anfall. Im Spital musste ich festgehalten werden. Bei einem solchen Anfall kommen all die Urinstinkte des Menschen heraus. Es gibt manche, die sehr aggressiv werden, und ich war ein solcher Fall. Es brauchte ein paar Leute, um mich zu bändigen.

**Wie viele?**  
Es waren acht, glaube ich. Ich wachte am Morgen auf der Intensivstation auf und grüsste das Pflegepersonal. Die Leute schauten mich an, als wäre ich ein anderer Mensch. Dann habe ich nachgefragt, was hier eigentlich los sei. Mir wurde gesagt: Die hielten dich gestern zurück und sind jetzt erstaut, wie schnell du wieder normal bist.

**Es ging vergleichsweise glimpflich aus – weil Sie so fit sind?**  
Ja, das ist auch darauf zurückzuführen. Bei den Hirnstrommessungen sind keine Narben mehr zu sehen, das sei sehr selten der Fall, sagen die Ärzte. Es hätte auch sein können, dass ich mein Leben lang mit einer Behinderung hätte weiterleben müssen. **Wie sah Ihr Alltag danach aus?**  
Ich musste mich mega konzentrieren, damit ich in Gesprächen mitkam. Kleinste Dinge gingen nicht mehr. Autofahren sollte ich momentan nicht. Und ich muss aufpassen, wie ich die Woche plane. Nicht zu viel trainieren, nicht zu viel arbeiten, wenige Termine. Ich kommuniziere viel mit den Ärzten, habe Hirnstrommessungen. So wie es momentan aussieht, sieht es nicht aus, als würde ich Epileptiker bleiben.

**Wie sieht ein Training aus?**  
Ich bin auf dem Hometrainer, schaue, dass der Puls nicht zu hoch ist. Auch mit Krafttraining habe ich wieder angefangen. Für die Matte reicht es momentan nicht, ich sollte keine Schläge auf den Kopf bekommen. Ich will das, was ich erlebt habe, nicht mehr erleben.



Das Reich von Stefan Reichmuth: Der 30-Jährige in der Ringerhalle von Willisau im Kanton Luzern.

Foto: Rahel Zuber

# Sie drückten ihn zu acht ins Spitalbett – und er weiss es nicht mehr

**Kraftpaket Stefan Reichmuth** Der Schweizer Ringer erlitt eine Hirnhautentzündung mit epileptischen Anfällen und musste seine Karriere im Sommer vorzeitig beenden.

Wie es ihm heute geht – und warum er nicht damit hadert, eine Olympiamedaille gewonnen zu haben.

**Als Spitzensportler waren Sie die letzten 15 Jahre darauf bedacht, gesund zu sein. Dann kommt eine solche Diagnose. Welche Gedanken machten Sie sich?**

Man sieht wieder, wie oberflächlich der Spitzensport ist. Wenn man im Spital liegt und nicht mehr richtig reden kann, kann man nur noch froh sein, gesund zu sein. Und ich bin sehr dankbar dafür, dass ich zurück ins Leben kommen kann. **Wie schwer fällt es Ihnen, darüber zu sprechen?**  
Ich sehe es als Therapie. Man kann ja nicht alles in sich reinfressen, da macht man sich nur kaputt. Wenn man darüber spricht, fällt es immer leichter, und es wird auch normaler. Am Anfang war es anders, da wollte ich viel allein sein. Die ersten drei Wochen habe ich mich eingeeigelt. Ich hatte ein mentales Tief. Ich war bei null, konnte sozusagen nichts mehr.

Im Gespräch redet Reichmuth ruhig und bedacht, sein Hemd spannt sich über die muskulösen Oberarme. Der 30-Jährige ist immer noch topfit, auch wenn ihn die Hirnhautentzündung aus der Bahn warf.

Reichmuth ringt seit Kindertagen im Ringerclub Willisau. Von diesem beschaulichen Stück Land brachte er es weit in einer Sportart, die in der Schweiz wenig Beachtung findet, aber anderswo Nationalsport ist. In Japan und im Iran ist das Ringen besonders gross, ebenso in der Kaukasusregion und in Zentralasien.

In über 190 Ländern werde gerungen, sagt Reichmuth, während er durch die Trainingshalle führt. Im oberen Stock die Matten für die Ringer, im unter-

ren das Sägemehl für die Schwingler. An den Wänden hängen Zeitungsberichte, viele handeln von Reichmuths Erfolgen. Er ist der grosse Schweizer Botschafter dieser Sportart.

**Sie waren in vielen Ländern, um zu ringen. Was bleibt in Erinnerung?**  
Dass wir hier sehr verwöhnt sind. Als ich in ganz armen Ländern war und die Zeitungen las, dachte ich: Wir haben doch gar keine Probleme. Manchmal scheint es, als wäre das grösste Problem des Schweizer, dass er das neueste iPhone haben möchte, während Menschen in anderen Ländern nichts zu essen haben. Mich hat das demütiger gemacht. **Gab es auch spezielle Momente, als Sie als Schweizer in diese neue Welt eintauchten?**

Viele meiner Konkurrenten hatten ausgesorgt, wenn sie eine WM-Medaille heimbrachten. Als ich sagte, was ich bekam, fragten sie: «Und das im reichsten Land?» Die hatten Werbeverträge mit Samsung und solche Dinge. Die Gastfreundschaft war auch speziell. Zum Teil war ich drei Tage an einem Ort und wurde schon zu den Eltern meiner Trainingspartner eingeladen. Der Tisch war immer ringdovoll. Und bezahlen durfte ich nie etwas. Wer Gast ist, bekommt das Beste vom Besten. **Sie waren so was wie der Exot im Ringen.**

Der Mann meiner Schwester sagt es so: Du bist, was der Mexikaner auf der Skipiste ist. Etwas salopp gesagt, ist es halt so. Ich trat gegen Athleten aus Ländern an, die von klein auf unterstützt und gefördert wurden. Auch darum ist es cool, es in einer solchen Sportart weit gebracht zu haben.

reichte nicht mehr. Und dann kam der Entscheid, dass ich nicht mehr die Motivation aufbringe, noch einmal vier Jahre weiterzumachen.

**Ein Vernunftentscheid also?**  
Für mich war klar: Wenn ich 2028 an die Spiele in LA gehe, will ich nicht wieder ein Diplom, ich will eine Medaille. Dafür müssen Motivation und Zielsetzung aber gleichgestellt sein. Ich will mir kein Ziel setzen, während mir gleichzeitig eine Stimme sagt: Willst du dir das noch antun? **In Tokio waren Sie der Medaille besonders nahe. Wie sehr schmerzt das heute?**

Am Anfang war es «thuere» hart. Ich ging in einer kleinen Sportart an die Spiele und war Medaillenfavorit. Auf einen Schlag war ich in dem Kampf, in dem es darum ging, ob ich in den kleinen Final komme. Den verlor ich knapp. Es war brutal hart, das zu akzeptieren. Das ganze Leben drehte sich um diese Medaille – und auf einen Schlag war sie weg. **War es schwierig, zu akzeptieren, dass die Karriere ohne Olympiamedaille enden würde?**

Im Nachhinein kann ich sagen: Top 8 bei Olympia als kleiner Schweizer in einer solchen Sportart ist eine riesige Leistung. Und durch die Verletzungen lernte ich auch viel. Das Zurückkommen an sich ist jedes Mal ein kleiner Erfolg, den man nur selbst sieht. Gegen aussen ist immer klar: Der Spitzensportler hat eine Verletzung, aber sieben Monate später ist er wieder da. **Ging es lange, diese**

**positiven Seiten zu sehen?**

Zu Beginn war es hart. Die Spiele 2024 fanden auch noch statt ohne mich. Ich ging trotzdem hin, weil mein Fanclub schon alles gebucht hatte, es war eine geile Zeit, und vom Mai, als ich meinen Rücktritt gab, bis im August, als die Spiele waren, verging etwas Zeit. Ich freue mich jetzt auf viele Dinge, die ich davor nicht machen konnte. Skifahren, Wandern, Biken, ganz ohne Pulsgürt oder Trainingsplan. Beim Radfahren einen Kaffee trinken, wenn ich Lust habe, weil ich nicht so und so viele Kilometer abspulen muss.

**War es auch eine Erlösung, zu wissen, dass man sich nicht weitere vier Jahre auf die Spiele vorbereiten muss?**

Ich glaube, ich wurde gelöst. Mir fiel auch ein Stein vom Herzen, als ich den Rücktritt verkündete. Und ich muss schon sagen: Wenn ich immer zu Hause trainieren könnte, sähe es vielleicht anders aus. Aber ich war so oft unterwegs. Mit 20 war das geil. Das ganze Leben war ein Abenteuer, aber irgendwann hast du es auch gesehen.

**Klingt nach Sesshaftwerden.**  
Vieles ändert sich mit den Jahren. Ich habe eine Freundin, ich bin Götti, das bindet. Und im Spitzensport sieht von aussen immer alles geil aus, man poset auch nur die schönen Seiten. Dann gibt es Zeiten, in denen Kollegen Bilder von Open Airs in die Whatsapp-Gruppen schicken. Und du bist in der hintersten Ecke in Russland und trainierst wie ein Verrückter. Das war manchmal hart. Aber ein grosses Privileg war ja auch, all diese Länder zu sehen und Menschen zu treffen.

**Sie bereuen also gar nichts?**  
Nein. Ich werde auch nicht einer sein, der mit 60 dasitzt und sagt: Hätte ich doch nie Spitzensport gemacht. Das war mir immer wichtig: zurückzuschauen zu können und zu wissen, dass ich viel gemacht habe dafür und eine schöne Zeit hatte.

«Dann gibt es Zeiten, in denen Kollegen Bilder von Open Airs schicken. Und du bist in der hintersten Ecke in Russland und trainierst wie ein Verrückter. Das war manchmal hart.»



Der grösste Erfolg 2019: Stefan Reichmuth (r.) mit den Gegnern aus Indien, Iran und Russland und seiner WM-Bronzemedaille. Foto: Keystone

### Wurden Sie unterschätzt?

Zu hundert Prozent. Zu Beginn durfte man mich aber auch unterschätzen. (lacht) Ich flog mal an eine U-17-EM, verlor einen Kampf und flog wieder nach Hause. Zu merken, wie ich dann immer erster genommen wurde, war cool. Vor den Spielen war ich mal in Dagestan, einer Region in Russland, in der jeder Mann Ringerohren hat. In den Restaurants dort habe ich nie bezahlt. Die Leute sagten: Hey, das ist der Schweizer, der an die Spiele geht. Das war ein schönes Gefühl.

Seinen grössten Erfolg feiert Reichmuth 2019, als er in der kasachischen Hauptstadt Nur-Sultan (heute Astana) WM-Bronze gewinnt. Zwei Jahre später reist er als Medaillenkandidat an die Spiele von Tokio und wird Fünftler. Das nagt an ihm, nach dem entscheidenden Kampf folgt der Kampf gegen die Tränen.

Reichmuth will noch einmal angreifen, er plant die Karriere durch bis zu den Spielen 2024 in Paris, dem Ziel ordnet er alles

unter. Aber er hat Pech mit Verletzungen, erst reissen die Hamstrings auf der linken Seite, dann auch rechts. Reichmuth verbringt zwischen Tokio und Paris 17 Monate in der Reha. In diesem Frühling hat er es selbst in der Hand, um die Olympiaqualifikation zu kämpfen, aber er scheitert. Dann gibt er seinen Rücktritt bekannt.

### Wo standen Sie im Frühling?

Ich war irgendwo in den Top 20 oder 30, aber im Ringen schafften es nur 16 an die Spiele. Ich merkte, dass die Weltspitze zwei Jahre durchtrainieren konnte, während ich in der Reha war. Es

### Serie: «Rückritte»

Mit Ringer Stefan Reichmuth starten wir eine vierteilige Serie mit Schweizer Sportlerinnen und Sportler, die zurückgetreten sind und spezielle Einblicke in ihr Leben im Sport und in ihre Zukunft geben.

2. Folge: Fussballer Marco Schönbächler.

## Diese Frau erklärt den Männern das Eishockey

**Erster weiblicher NHL-Coach** Die Kanadierin Jessica Campbell (32) dirigiert neu das NHL-Team Seattle als Assistentztrainerin. Das könnte einiges auslösen.

So verheerend die Corona-Pandemie war, sie schuf auch Raum für Neues. In der Zeit, in der alles stillstand, lancierte Jessica Campbell ihre bemerkenswerte Karriere im Männereishockey. Und nun zum Saisonstart am 8. Oktober debütierte sie bei Seattle als erste weibliche Assistentztrainerin in der 107-jährigen NHL-Geschichte.

In den drei anderen grossen US-Profiligen, im Basketball, im Baseball und im Football, hatte es schon weibliche Coachs gegeben, aber nicht im konservativ geprägten Eishockey. Bis Campbell kam. Und sie macht hinter der Bank Seattle den Eindruck, als hätte sie nie etwas anderes getan. Dabei hätte sich das die frühere kanadische Nationalspielerin vor einigen Jahren noch nicht träumen lassen.

Doch dann kam die Pandemie: Als die NHL-Saison im März 2020 wegen des Coronavirus unterbrochen wurde, schauten sich die Profis nach Möglichkeiten um, sich fit zu halten, bis es weitergehen würde. Damon Severson, der damals bei New Jersey spielte, wandte sich an Campbell, mit der er in Kanadas Provinz Saskatchewan aufgewachsen war. Diese hatte sich im Jahr zuvor als Powerskatingcoach selbstständig gemacht und leitete in Kelowna Trainings für kleinere Gruppen.

**Die NHL-Cracks waren sofort begeistert**

Severson fragte, ob er auch kommen könne, und brachte gleich einige Teamkollegen und Freunde mit. Campbell arbeitete mit ihnen nicht nur am Schlittschuhlaufen, sondern führte temporeiche Trainingseinheiten durch, in denen sie Spielsituationen simulierte. Die NHL-Cracks waren begeistert, und das sprach sich herum. Schon bald wuchs die Gruppe prominenter NHL-Spieler, die ihre Trainings besuchten.

Eigentlich hatte Campbell gedacht, als Skatingcoach ihren Weg in die NHL zu finden. Aber das positive Feedback der NHL-Stars brachte sie auf die Idee, ihr Tätigkeitsfeld zu erweitern: «Die Jungs in Kelowna gaben mir quasi die Erlaubnis, an diesen Traum zu glauben», sagte sie gegenüber «The Athletic».

Schritt für Schritt etablierte sie sich im Männereishockey. Sie arbeitete in Malmö als Skatingcoach, ehe Nürnbergs Headcoach Tom Rowe sie in der Saison 2021/22 bezog, um mit den Spielern nicht nur am Läufersischen, sondern auch an der Technik zu arbeiten. Zudem übertrug ihr Rowe das Powerplay – und prompt funktionierte es wieder. Für sie eine wichtige Erfahrung: Hatte sie zuvor mit den Spielern an den individuellen Fähigkeiten gefeilt, brachte sie diese nun zusammen. «Jetzt konnte ich die Punkte verbinden und dachte: Das macht Spass», sagte sie heute.

**Fröden: «Das Geschlecht nahm ich nicht mehr wahr»**

Es habe sich für ihn vom ersten Tag an ganz normal angefühlt, mit ihr zu arbeiten, sagt Fröden. «Das Geschlecht spielte für mich überhaupt keine Rolle. Ich nahm es gar nicht mehr wahr.» Er sei nicht überrascht, dass sie nun den NHL-Job bekommen habe. Zusammen mit Bylsma zog sie auf diese Saison hin nordwärts von Coachella nach Seattle. Der Club spielt erst seine vierte NHL-Saison und hofft, zum zweiten Mal das Playoff zu erreichen.

«Es sportelt mich täglich an, zu wissen, dass ich Teil von etwas bin, das viel grösser ist als ich selbst», wird Campbell in einer Story für die offizielle NHL-Website zitiert. «Hoffentlich hilft das, dass jemand anderes eine offene Tür vorfindet und sie nicht aufstossen muss oder herausfinden muss, wie man sie aufschliesst.»

Schon da war sie die Pionierin: Sie war die erste Frau an der Bande an einer Männer-WM. Das schlug hohe Wellen und sorgte für kuriose Fragen wie jene eines slowakischen TV-Journalisten, der wissen wollte: «Wie ist es, als schöne Frau in einem Team voll gut aussehender Männer zu sein?» Campbell blieb souverän.

Für Söderholm, der 2022/23 den SC Bern coachte und kürzlich bei Red Bull München freigestellt wurde, war die Zusammenarbeit mit ihr eine äusserst positive Erfahrung: «Die Spieler spürten, dass sie jederzeit für sie da war. Sie brachte einen anderen Blickwinkel ein. Sie kam vom Fraueneishockey, wo man die Dinge etwas anders sieht oder analysiert. Das war bereichernd. Und sie hat als Frau einen anderen Umgang mit den Spielern. Sie ist sehr direkt, aber ihre Sprache ist eine andere. Im Zwischenmenschlichen spürt sie Dinge, die ein Mann vielleicht nicht merkt.»

**Söderholm: «Sie ist eine sehr, sehr mutige Frau»**

Er freue sich sehr für Campbell, dass sie ihr Weg nun sogar in die NHL geführt habe, sagt der Finne. «Sie ist eine sehr, sehr mutige Frau. Wenn man Pionierarbeit leistet, braucht das immer Mut. Sie steckt so viel Leidenschaft in ihren Beruf, und es ist schön, zu sehen, dass das belohnt wird.»

An der WM in Helsinki fiel sie Dan Bylsma auf, dem Coach von Coachella, dem Farmteam von Seattle. Der langjährige NHL-Trainer suchte neue Ansätze und Stimmen. So interessierte er sich auch für Campbell. Rhetorisch versiert, brauchte sie nicht lange, ihn zu überzeugen. Er engagierte sie als Assistentzcoach. In der AHL war sie die erste Frau an der Bande. Mit ihr erreichte das Team zweimal den Playoff-Final.

Im ersten Jahr war der aktuelle ZSC-Stürmer Jesper Fröden mit dabei. «Ich hatte nie eine Frau als Coach gehabt und wusste nicht, was zu erwarten war», sagt der Schwede. «Sie war unglaublich, sehr smart und hatte viel Hockeywissen. In diesem Traum zu glauben», sagte sie gegenüber «The Athletic».

Schritt für Schritt etablierte sie sich im Männereishockey. Sie arbeitete in Malmö als Skatingcoach, ehe Nürnbergs Headcoach Tom Rowe sie in der Saison 2021/22 bezog, um mit den Spielern nicht nur am Läufersischen, sondern auch an der Technik zu arbeiten. Zudem übertrug ihr Rowe das Powerplay – und prompt funktionierte es wieder. Für sie eine wichtige Erfahrung: Hatte sie zuvor mit den Spielern an den individuellen Fähigkeiten gefeilt, brachte sie diese nun zusammen. «Jetzt konnte ich die Punkte verbinden und dachte: Das macht Spass», sagte sie heute.

**Die kuriose Frage des slowakischen TV-Journalisten**

Sie überzeugte Rowe so sehr, dass er sie für die WM 2022 in Helsinki als Assistentin von Headcoach Toni Söderholm im deutschen Nationalteam vorschlug. Der Finne war offen dafür, ernannte sie zur Co-Trainerin und übertrug ihr das Unterzahlspiel. Zudem arbeitete sie in den Trainings mit Spielern wie Detroitis Jungstar Moritz Seider individuell.

Simon Graf



Die erste Frau an einer NHL-Bande: Jessica Campbell instruiert Seattle-Verteidiger Brandon Montour. Foto: Getty Images