



## Hrustanovic: "Lauere auf meine Chance"

Amer Hrustanovic ist der einzige Ringer in Österreichs 70-köpfigem Olympiaaufgebot. Der Salzburger mit bosnischen Wurzeln vertraut auf eine stilsichere Mischung östlicher und westlicher Lehren.

Mit voller Power will **Amer Hrustanovic** im olympischen Ringkampf aufzeigen. Im Ringen ist die Dichte immens hoch, über die Vergabe der Medaillen wird die Tagesverfassung entscheiden. Die größte Konkurrenz kommt aber wohl aus dem Osten.

**sport10.at: Eine Frage, die alle Sportler mittlerweile zur Genüge kennen: Mit welchen Erwartungen fährst du nach London?**

**Amer Hrustanovic:** Ja, tatsächlich habe ich diese Frage schon ein paar Mal gestellt bekommen (lacht). Also: Ich möchte nicht sagen, dass ich mir fix die Goldene oder eine der beiden anderen Medaillen abhole. Ich kann nur sagen, dass ich gegen jeden meiner potenziellen Gegner schon bei einem der großen Turniere gekämpft habe. In meiner Gewichtsklasse bis 84 Kilo ist alles offen, aber klar ist auch: es gibt keine leichten Gegner.

**Gibt es Favoriten?**

Lass es mich so sagen: Von den ersten Drei von Peking hat sich keiner für London qualifiziert, in den vergangenen beiden Jahren wurde das Podium bei Welt- und Europameisterschaften regelmäßig durchgetauscht. Technisch und konditionell sind wir alle mehr oder weniger am selben Level. Ausschlaggebend wird tatsächlich die Tagesform und die mentale Verfassung sein.

**Warum liegt die Weltspitze im Ringen so eng beisammen?**

Bei mir, im griechisch-römischen Stil, kannst du etwaige technische Schwächen mit Kraft und Kondition wettmachen. Dazu kommt, dass wir sehr viele Nationen im Osten haben, die Ringen sehr ernsthaft betreiben und die auch viel miteinander trainieren. Und die Westnationen trainieren auch miteinander, deshalb matchen sich letztendlich alle auf einem ähnlich hohen Level.

***Kann man als Laie stilistische Unterschiede zwischen Ost- und Westkämpfern erkennen?***

Auf jeden Fall. Im Osten wird mehr Wert auf Technik gelegt. Sie ringen nicht verkrampft und hart, sondern lauern auf ihre Chance. Der Westen wiederum ist mehr auf marschieren aus und versucht, seine Gegner mit Kraft zu zermürben und müde zu machen.

***Du bist Westeuropäer, hast aber einen weißrussischen Trainer: Wie sieht dein Stil aus?***

Der liegt wohl irgendwo dazwischen. Ich lauere eher auf meine Chance.

**„Ich habe meine Spezialtechniken nicht gezeigt.“**

Amer Hrustanovic

***Du hast dich intensiv auf dein Olympiadebüt vorbereitet, zuerst in Madrid, dann noch eine Woche in Weißrussland, wo du mit direkten Gegnern trainiert hast. Verrät man da nicht zu viel von seiner Taktik?***

Nein, weil ich meine Spezialtechniken ja nicht zeige. Genauso verraten sie mir auch keine Geheimnisse. Aber gleich starke Gegner sind natürlich sehr gut, um den Standkampf zu trainieren, wo du in kurzen, intensiven Einheiten richtig Kraft bolzen musst.

***Wie viel Gewicht musst du noch bis zu deinem Antreten am 6. August los werden?***

Das ist nicht so dramatisch, in der letzten Woche vor dem Kampf werde ich noch vier Kilo machen. Das ist kein Problem, einen Kilo kann ich pro Tag leicht abnehmen.

***Die Abwaage findet am Nachmittag vor dem Kampf statt. Freust du dich schon darauf, dann wieder ordentlich Abend essen zu dürfen?***

Ja, das ist herrlich. Natürlich muss ich drauf achten, mir nicht wieder einen Bauch anzufressen. Ich werde meinem Körper vernünftig Kohlenhydrate zufügen, aber dann gebe ich vielleicht meinen Bedürfnissen nach und gönne mir eine Schokolade.