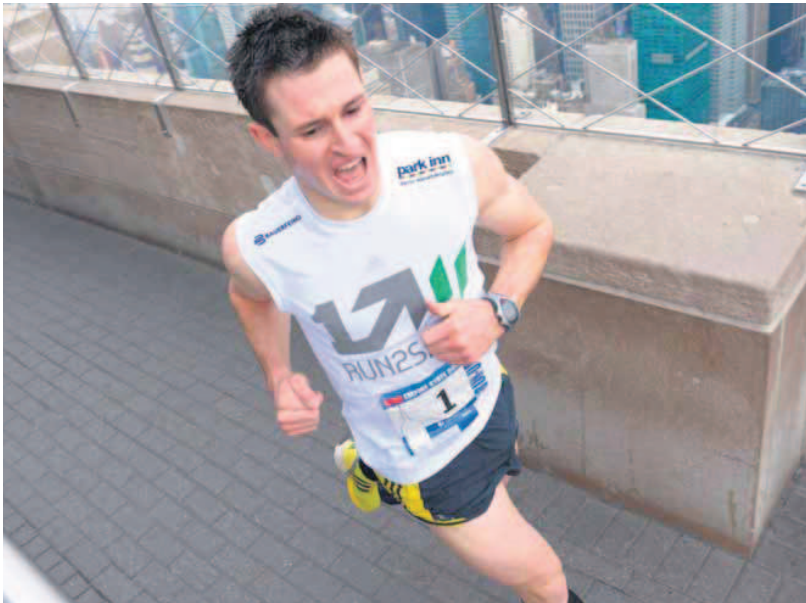


# Auf der Treppe unschlagbar

Thomas Dold hält den Weltrekord im Rückwärtslaufen und ist der schnellste Treppenläufer der Welt. Studiert hat er in Stuttgart.



Thomas Dold auf den letzten Metern kurz vor seinem Triumph auf dem Empire State Building.

Erster Platz beim Empire State Building Run Up in New York, erster Platz beim Vertical Sprint Mailand, erster Platz beim Taipei 101 Run Up in Taipeh, erster Platz beim Sydney Tower Run Up, erster Platz beim Run2Sky Europe am Messturm Frankfurt, erster Platz beim Run2Sky Europe am Fernsehturm Stuttgart.

Die Liste der Siege und Streckenrekorde von Thomas Dold ist lang. Seit mittlerweile fünf Jahren läuft der Diplom-Ökonom, der in Stuttgart studiert hat, bei Treppenläufen international ganz vorn mit. Erst im Februar stellte er mit seinem Sieg beim Empire State Building Run Up in New York wieder einen neuen Rekord auf: Mit mittlerweile fünf Siegen ist der 25-Jährige nun der erfolgreichste Teilnehmer aller Zeiten bei diesem Lauf – dem renommiertesten aller Treppenläufe weltweit.



## Karrieresprungbrett Berglaufnationalmannschaft

Dold hat seine Karriere als Jugendlicher in der Berglaufnationalmannschaft begonnen. Berglaufnationalmannschaft? Für den Ortenauer war der Schritt zum Berglaufen naheliegend. „Wenn man wie ich im Schwarzwald wohnt, kommt man zwangsläufig irgendwann zum Berglaufen. Schließlich gibt es dort nur zwei Varianten zu laufen, entweder am Fluss entlang oder in die Berge.“ Dold zog die Berge vor und konnte schon bald erste Erfolge im Juniorenteam vorweisen. 2003 kam Dold dann auf einem Trainingslager zum Treppenlauf, dem Lauf auf den „steilsten Berg“, wie er es bezeichnet.

Der Lehrgangsleiter hatte schon mehrfach den Empire State Building Run Up gewonnen. Dold, damals 18, war tief beeindruckt. Seine Premiere im Treppenlaufen folgte im November 2003 in Wien. Beim Lauf auf den dortigen Fernsehturm gewann er auf Anhieb die Altersklasse und erreichte Gesamtplatz 6.

## Hartes Training als Voraussetzung für Erfolg

Zahlreiche weitere Treppenläufe und hartes Training folgten: Laufen, Radfahren, Schwimmen, Training auf dem Ergometer. Und natürlich Treppenlaufen. Dold ist ehrgeizig – Disziplin ist für einen Sportler, der etwas erreichen will, alles. Und von nichts kommt nichts. Während seines Studiums der Wirtschaftswissenschaften in Stuttgart nutzte er die Möglichkeiten. „Stuttgart bietet ideale Trainingsbedingungen.“ Morgens vor den Vorlesungen ging er auf den Fildern laufen, abends nach den Vorlesungen erneut.

## Studierter Diplom-Ökonom

Neben einem wirtschaftlichen Studium war auch Sport als Studienfach in Frage gekommen, letztendlich hatte sich Dold aber für Wirtschaftswissenschaften entschieden. „Bei einem Sportstudium hätte ich wohl abends keine Kraft mehr

gehabt, noch zu trainieren. Da dachte ich mir: Gammel ich mal den ganzen Tag im Hörsaal rum, dann freue ich mich, mich am Abend bewegen zu dürfen“, sagt er mit einem Augenzwinkern.

Zum Training im Treppenhaus fuhr er regelmäßig zum Maintower nach Frankfurt, bis ihm schließlich die Türen zum Fernsehturm geöffnet wurden. „Bei einem Interview sagte ich, dass es für mich als Ökonom ein Ünding sei, zum Training extra nach Frankfurt zu fahren.“

Das kam an den richtigen Stellen an und schon bald hatte der Lokalmatador eine Sondergenehmigung in der Hand. Und nicht nur das: 2005 wurde der Treppenlauf auf dem Fernsehturm hinauf, der inzwischen jährlich stattfindet, unter anderem für ihn initiiert. Dold hat seither alle Läufe auf den Turm gewonnen. Er ist auch im übertragenen Sinn ganz oben angekommen.

## Profisportler und Unternehmer

Seit Ende seines Studiums wohnt Dold wieder in Steinach im Schwarzwald. An die Zeit in Stuttgart denkt er gerne zurück. „Mit Stuttgart verbindet mich schon einiges. Meine Studienkommititonen wohnen noch dort. Stuttgart ist einfach eine schöne Stadt.“ Als Unternehmer und Profisportler konzentriert er sich nun voll auf die Treppenlauf-Wettkämpfe, das Training, „und die Organisation des ganzen Drumherum wie zum Beispiel Sponsoring.“ Außerdem hält der „Impulsgeber“, eine Berufsbezeichnung, die er eigens für sich kreieren lassen hat, auch Vorträge und Seminare.

## Auch im Rückwärtslauf ganz vorn

Neben Treppen läuft der gebürtige Badener auch rückwärts – hauptsächlich zu Trainingszwecken, weil dabei andere Muskeln trainiert werden. „Wenn ich einen Fußgänger überhole, habe ich schon oft das blanke Entsetzen auf der Stirn gesehen.“ Dold sieht das sportlich. „Schließlich kann ich nicht erwarten, dass jeder einen Rückwärtsläufer kennt.“ Bei seinem ersten Wettkampflauf holte sich das Lauf talent den Deutschen Meistertitel und lief europäische Bestzeit. Inzwischen hält er fünf Weltrekorde.

## Immer schneller werden

Weltrekorde, Streckenrekorde und Bestzeiten am laufenden Band: Was sind die Ziele von jemandem, der in seiner Disziplin schon alles erreicht hat? Langfristig kann sich der 25-Jährige vorstellen, einem geordneten Arbeitsverhältnis nachzugehen und als Ökonom zu arbeiten, vorerst will er aber mit dem Sport weitermachen: „Ich will mein Potential ausschöpfen. Ich will noch schneller laufen.“

Daran hindern kann ihn wie beim Siegen vermutlich niemand, höchstens er selbst. Sein einziger ernsthafter Gegner ist die Uhr am Arm. (CO)