Zeitschrift: Rosa : die Zeitschrift für Geschlechterforschung
Herausgeber: Rosa
Band: - (2004)
Heft: 29

Artikel: "Wenn du die Physis noch nicht hast, ich sag dir...!" : Interview
Autor: Suter, Anja / Fuchs, Jacqueline
DOI: https://doi.org/10.5169/seals-631531

Nutzungsbedingungen
Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften auf E-Periodica. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Zeitschriften und ist nicht verantwortlich für deren Inhalte. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern beziehungsweise den externen Rechteinhabern. Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen sowie auf Social Media-Kanälen oder Webseiten ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. Mehr erfahren

Conditions d'utilisation
L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. La reproduction d'images dans des publications imprimées ou en ligne ainsi que sur des canaux de médias sociaux ou des sites web n'est autorisée qu'avec l'accord préalable des détenteurs des droits. En savoir plus

Terms of use
The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. Publishing images in print and online publications, as well as on social media channels or websites, is only permitted with the prior consent of the rights holders. Find out more

Download PDF: 09.07.2025

ETH-Bibliothek Zürich, E-Periodica, https://www.e-periodica.ch

«Wenn du die Physis noch nicht hast, ich sag dir...!»

von Anja Suter

Jacqueline Fuchs, 33, ist Weltmeisterin der A-Klasse[1] im Thaiboxen. Wir trafen uns nach dem Training, zu einem Gespräch über Erfolg, Macht, harte Kicks und lockere Schrauben.

Jacqueline, erzähl mal, wie wird frau A-Klassen-Weltmeisterin im Thaiboxen?

Es gibt kein Erfolgsgeheimnis. Das Einzige was es braucht ist Liebe zum Sport. Ich mache das mit Herzblut! Und das ist wohl der Grund für meinen Erfolg: Weil ich es einfach mit Leidenschaft mache, weil ich es lebe – es ist ein Teil von mir.

Wann hast du entdeckt, dass es ein Teil von dir ist?

Vor etwa dreizehn Jahren habe ich einen Freund kennengelernt, der Thaiboxen trainierte, und der hat mich dann mitgenommen – so bin ich zu diesem Sport gekommen. Damals haben wir noch eine andere Art von Thaiboxen praktiziert, nicht das klassische Muay Thai, wie wir es heute trainieren. Das ging mehr in Richtung Strassenkampf, mit ein paar Jiu-Techniken, eigentlich ein wenig von Allem. Da hab ich auf einmal gemerkt, dass mir das sehr liegt – das Schwitzen, das «Auspowern», der Körperkontakt.

Wie alt warst du damals, vor dreizehn Jahren?

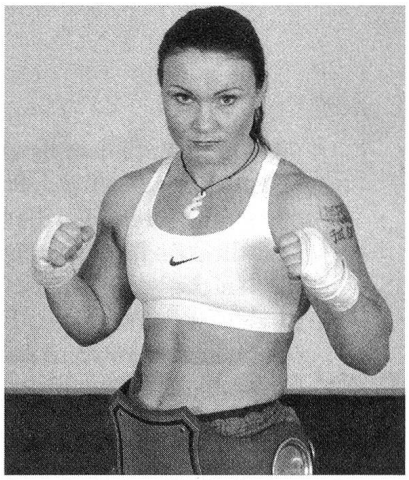
Etwa 20 Jahre.

Warst du vor dem Thaiboxen bereits sportlich aktiv?

Ja (lacht)! Ich hab Schiesssport betrieben.

...wie – was Schiesssport?

Ich war Schützin: Armbrust, Kleinkaliber, Luftgewehr... so das ganze konservative Programm halt. Mein Vater war früher Schütze und hat mich als zwölfjähriges Mädchen bereits mitgenommen und mich mit diesen Waffen vertraut gemacht. Und dann habe ich es dort ins Kantonalkader geschafft und konnte an Schweizermeisterschaften teilnehmen, an deutschen Meisterschaften, habe Trainingslager besucht und habe auch dies mit Herzblut gemacht. Ich war gut, damals.



Jacqueline Fuchs mit Weltmeiserinnengurt

Ist Schiesssport heute noch ein Thema für dich?

Nein. Armbrust schiessen hat zwar nach wie vor eine Faszination: Dieses aus Holz geschnitzte Ding, welches man nicht wirklich als Waffe bezeichnen kann, sondern eher als Sportgerät, und dann der Pfeil, den man fliegen hört - und die Entspannung: es ist nicht laut, du bist draussen in der Natur, du bist bei dir... Doch, doch, wenn ich wieder mal schiessen würde, dann würde ich mich bestimmt wieder mal an eine Armbrust setzten.

Gibt es für dich Parallelen zwischen Armbrust schiessen und Muay Thai? Kannst du im Thaiboxen aus etwas schöpfen, das du zuvor beim Schiessen gelernt hast?

Von der Konzentration her ganz bestimmt. Schiessen ist eine absolute Konzentrationssache: Wir haben viel mentales Training gemacht, damals. Und dann braucht es bei beiden Sportarten auch Ausdauer. Das sind beides Sachen, von denen ich auch heute noch klar profitieren kann.

Zurück zum Thaiboxen: Gab es, als du mit Muay Thai begonnen hast, schon viele Frauen die das machten?

Nein, es gab praktisch noch keine Frauen, die Thaiboxen machten, ausser mir und einer einzigen anderen. Die kamen dann aber erst etwas nach mir. Es gab damals einen in der Szene [Thaibox-Szene, Anm. d. Red.], der hatte ein Problem damit, dass Frauen Thaiboxen trainierten. Frauen-Thaiboxen war damals noch kein Thema. Auch Boxen noch nicht, das heisst Frauen-Amateurboxen, das kam auch erst gegen Ende der 90er-Jahre auf – in der Schweiz, versteht sich. Sowohl im Thaiboxen, wie auch im Boxen stiegen Frauen erst so gegen 1996/97 in den Ring, das lief ziemlich parallel und kam erst in den letzten Jahren wirklich in die Gänge.

War das mühsam, anfangs, als Erste und lange beinahe einzige Frau Thaiboxen zu trainieren?

Ja, das war es - aber hauptsächlich wegen der Physis: Ich hatte niemals diese Physis wie alle um mich herum, das waren hammerharte Trainings! Ich musste beinahe kotzen: Wir gingen vor dem

Training noch jeweils eine Stunde Joggen – und dann wurde auf die Pratzen gehauen! Das war schlimm – wenn Du die Physis noch nicht hast, ich sag dir..! Zu Beginn dachte ich oft: nein, das schaffst Du nicht, das schaffst du niemals! Und dann, irgendwann, langsam, hat sich mein Körper begonnen zu verändern und ich hatte weniger Mühe mitzuhalten. So wurde es besser - und auch ich wurde besser, ich konnte mich mehr auf die Technik konzentrieren und musste nicht immer gleich nach Atem ringen. Aber wie gesagt: Es war auch hart, da sich gewisse Männer in der Szene überhaupt nicht für Frauen-Thaiboxen begeisterten. Jetzt mussten die auch alle etwas umpolen - die letzten Jahre war ziemlich Frauenpower angesagt.

Denkst du, dass du nebst den Hürden als erste Frau in der schweizerischen Thaibox-Szene auch irgendwo einen kleinen Bonus gehabt hast?

Ich hatte vielleicht schon einen kleinen Bonus, irgendwie... Weil alle meinten: «Wow, krass, Thaiboxen!» Und ich war damals schon ziemlich kräftig, das hatte viele beeindruckt: «Wow, deine Kicks sind hart!» und so... Ja, ich hatte wohl irgendwie auch einen kleinen Bonus...

...der Überraschungseffekt war grösser als Frau?

Genau. Gut...«Bonus»... Da hat man einfach schnell gesehen, dass da ein Talent war, dass ich für diesen Sport durchaus Qualifikationen hatte.

Zurück in den Ring – Thaiboxen war bis ins 18. Jahrhundert eine Art «Kriegshandwerk»: Kämpfe um Macht und Einfluss wurden unter anderem mit Muay Thai-Techniken ausgetragen. Wie steht es bei dir: Geht es für dich im Ring auch um Macht?

Nein, absolut nicht. Worum es mir im Ring geht, ist schlussendlich, banal gesagt, mir immer wieder zu beweisen, dass ich es schaffe. Es ist für mich ein extremer Genuss, wenn ich mir selber bestätigen kann, dass ich das geschafft habe: Dass ich in den Ring gestiegen bin, dass ich gekämpft habe, dass ich vielleicht auch einen technisch guten Kampf machen konnte.
Und irgendwo geht es bestimmt auch darum, im Mittelpunkt zu stehen: Das ist meine Show, ich bin die Chefin dort im Ring. Das gefällt mir, deshalb reizt es mich, in den Ring zu steigen. Es gibt jeweils diesen bestimmten Punkt während des Kampfes, da merkst du, dass du den Kampf machst, dass du bestimmst, was abgeht – und das ist toll! Dann kannst du beginnen, Sachen auszuprobieren, was du zuvor im Training gelernt hast. Das ist eine riesige Befriedigung, ein Ziel auch, das ich immer wieder anstrebe.
Und dann ist da sicher auch noch der Nervenkitzel: Es besteht immer ein kleines Restrisiko, es kann stets etwas passieren, du weisst nie genau, wie du wieder aus dem Ring steigen wirst. Das hört sich bekloppt an, ist es wohl auch, doch das hat seinen Reiz! Und es macht süchtig! Du willst stets höher hinaus. Als ich das erste Mal in den Ring gestiegen bin, da war nur schon der Fakt, *dass* ich kämpfe eine grosse Genugtuung für mich. Heute gibt es Kämpfe, da steige ich völlig unbefriedigt aus dem Ring.

Wieso, weil die Gegnerin zu schwach war?

Ja. (lacht): Das gibt es wirklich!

Du hast soeben Deinen ersten Kampf erwähnt: Wie war der?

Eine Katastrophe! Ich war dermassen nervös! Ich war unglaublich verkrampft und dementsprechend war es auch der Kampf: Wir waren beide nur am Clinchen[2]. Das war brutal anstrengend! Der Kampf um mich auch, um meine eigene Nervosität. Schrecklich! Doch im Nachhinein war ich extrem stolz auf mich, obwohl ich verloren habe.

Was geht Dir denn bei einem solchen Kampf durch den Kopf?

Uff... Ich habe nicht einen bestimmten Gedanken... Das läuft immer fort, ich beobachte meine Gegnerin, überlege mir, was ich machen muss, wie sie sich bewegt, wie ich mich bewege, schaue nach der ersten Runde, wo sie Schwächen zeigt, frage auch, wenn ich den Überblick etwas verloren habe, zwischen den Runden meinen Trainer, der in der Ecke steht, was ich machen soll und er gibt mir Inputs.
Ich kann also nicht sagen, dass mir immer wieder dasselbe durch den Kopf geht. Was ich mir jedoch gegen Schluss, wenn ich nicht mehr so mag, jeweils sagen muss, ist: «Es gibt kein zurück. Einfach vorwärts! Egal, wie es enden wird. Einfach durchbeissen.» Aufgeben würde ich nicht. Nicht von mir aus, zumindest.[3]

Bleiben wir noch ein wenig im Ring: Sich schlagen, prügeln gilt in unserer Gesellschaft als nicht gerade sehr schick oder sogar als unmoralisch – gibt es für dich eine Moral beim Thaiboxen? Eine Ethik?

Zuerst einmal muss wohl schlicht und einfach gesagt werden: In diesem Punkt sch*** ich auf die

Meinung der anderen Leute! Ich habe bereits einmal Bekannte von mir an eine Muay Thai-Gala[4] mitgenommen, die waren völlig schockiert und entsetzt, dass ich eine solche Sportart mache. Das überraschte mich im ersten Augenblick, doch dann liess es mich eigentlich kalt – sollen die denken was sie wollen, ich liebe diesen Sport.

Aber nochmals zur Moral: Gibt es für Dich im Thaiboxen Sachen, die du bewusst nicht machst, weil du sie moralisch resp. ethisch nicht vertretbar findest?

Ja, ich hasse beispielsweise meine Gegnerinnen nie. Ich will sie stets respektieren, eine gewisse Fairness bewahren, das ist mir wichtig. Für mich muss stets die Möglichkeit bestehen nach dem Kampf, egal wie hart der war, mit meiner Gegnerin etwas trinken zu gehen. Respekt, das ist mir wichtig und zusammen Freude am Sport zu haben. Ich könnte nicht in den Ring steigen gegen eine Person, die ich hasse. Hingegen, wenn ich während des Kampfes merken würde, die hasst mich, die benimmt sich verdammt unfair und unsportlich, dann würde ich das Spiel wohl mitmachen. Das ist mir jedoch noch nie passiert und folglich weiss ich nicht wie das herauskommen würde. Das ist für mich Sportgeist: Wenn wir uns zusammen im Ring «hart einschenken» können und uns dann wieder umarmen können und sagen: «Hey, toller Kampf gewesen! Du hast mich gefordert, war echt super.» Das macht es für mich aus. Wenn jemand keinen Respekt wahrt, damit habe ich Mühe.

Zurück zum Thaiboxen an sich: Meinst du, Frauen boxen anders als Männer?

Von der Physis her ganz bestimmt: Körperlich sind uns Männer meistens überlegen. Männer können einfach mehr Kraft aufbauen, auch beim Boxen, das gibt härtere Schläge, ganz einfach. Technisch hingegen stehen wir Frauen den Männern nichts nach. Wir können genau so hart trainieren und folglich technisch ebensogut kämpfen.

Du hast es bereits angesprochen, dass in den letzten Jahren die Frauenquote im Thaiboxen stark angestiegen ist: Es gibt heute immer mehr Frauen, die Muay Thai trainieren und auch an Wettkämpfen teilnehmen. Was meinst du, woran liegt das?

Hm... Also einerseits wurde der Sport in den letzten Jahren generell populärer – sowohl bei Männern wie eben auch bei Frauen... Es gab da diesen Boxfilm aus den U.S.A. [Girlfight, Anm.d.Red.], der anscheinend viele Frauen beeinflusst hat, aber auch die Thaibox-Clubs wurden sensibilisiert: Früher waren das reine Männerclubs. Da hat sicher ein Umdenken stattgefunden. Es gab schon immer Frauen, die Kampfsport gemacht hatten, doch... hm. Vielleicht hab auch ich ein wenig Schuld daran, vielleicht hab ich für die Eine oder Andere unbewusst eine Tür geöffnet, dem Umdenken in der Szene etwas Schwung verliehen... Ich weiss es nicht. Und andererseits bestimmt auch noch das Medium Internet, das diese Sportart zugänglicher gemacht hat: Heute kann man «Thaiboxen» in die Suchmaschine eingeben und es springen einem mindestens gleich zehn Seiten über und um diese Sportart entgegen.

Zum Schluss noch eine Frage: Wieso sollen sich ROSA-LeserInnen für Muay Thai begeistern?

Schwierig zu sagen... Ich denke diejenigen, die Thaiboxen machen, die haben alle irgendetwas Bissiges und alle brauchen sie irgendwie diesen Nervenkitzel und das Kräftemessen – auch mit sich selber. Was im Thaiboxen bestimmt auch gelernt werden kann ist Durchhalten, Durchbeissen. Wer an ihre/seine Grenzen kommen will, die/der soll ins Thaiboxen kommen. Es muss ja auch nicht gleich jede in den Ring steigen, einfach mittrainieren, ist auch schon toll! Sich in eine Sportart zu begeben, die einen «an den Rand führt...» (Lacht und beugt sich zu mir vor): Und dann ganz ehrlich: Man muss eine Schraube locker haben um diesen Sport zu machen.

ANMERKUNGEN

[1] C-Klasse: Kampf à 3 x 2 min, die Teilnehmenden müssen zuvor mindestens 5 Kämpfe gewonnen haben. B- Klasse: Kampf à 5 x 2 min, bei 12 gewonnen Kämfen. A-Klasse: Kampf à 5 x 3 min, bei mehr als 12 gewonnenen Kämpfen.

[2] Clinch: Die eine hält die andere mit beiden Armen um Nacken oder Hüfte und versucht sich so entweder von den Schlägen fernzuhalten oder ihr Knie in die Magengegend der Gegnerin zu befördern.

[3] Beim Thaiboxen gibt es wie beim Boxen die Möglichkeit, während des Kampfes das Handtuch zu werfen.

[4] Als Gala werden öffentliche Show-Wettkämpfe bezeichnet, an denen (im Unterschied zu Amateurturnieren) meist ohne die obligatorische Schutzbekleidung (Kopfschutz, Schienbeinschoner, Brustpanzer) gekämpft wird.

JACQUELINE FUCHS,

33 Jahre, besitzt neben dem Weltmeisterinnentitel im Thaiboxen auch mehrere Titel als Schweizermeisterin und Vize-Europameisterin. Sie arbeitet als Fitnessinstructorin und lebt in Dielsdorf, Zürich.

INTERVIEWERIN

Anja Suter ist ROSA-Redaktorin, Geschichtsstudentin und hat ebenfalls eine Schraube locker.