

FAZ 5.7.2011

# Di Carlis neue Dimension Steigern und Reinsteigern

## Als schnellster Freistilschwimmer der Welt zur WM

FRANKFURT. Natürlich gibt es auch solche Tage. Tage, an denen man denkt, heute geht gar nichts, an denen man gar nicht erst reinkommt ins Schwimmen, wenn das Gefühl herrscht, das macht einfach keinen Sinn heute. Marco di Carli kennt solche Tage, er hat sie erst in der vergangenen Woche wieder erlebt, und das hatte wohl auch ein wenig mit den jüngsten Wettkämpfen in Paris und Rom zu tun – und mit den „eher unterirdischen Zeiten“, die di Carli da geschwommen ist. Auch wenn diese kein großes Wunder waren. Erstens war er dort nur auf seinen Nebenstrecken unterwegs, zweitens schwamm er die Rennen aus dem vollen Training. „Auf die Zeiten“, sagt di Carli, „haben wir da keine Rücksicht genommen“.

Aber die vernunftgeleitete Einsicht ist das eine, die emotionale Reaktion das andere – zumal bei einem wie di Carli, dessen Auftreten, wie auch sein Trainer Michael Ulmer gelegentlich schon erfahren hat, stark von seinen Stimmungen geprägt ist. Dabei hat der 26 Jahre alte Schwimmer von der SG Frankfurt zuletzt eher ein beeindruckendes Hoch erlebt. Bei seinem Sieg bei den deutschen Meisterschaften in Berlin vor gut vier Wochen verblüffte er die Schwimm-Welt mit einer 100-Meter-Freistil-Zeit von 48,24 Sekunden – so schnell war in diesem Jahr weltweit keiner. Und das, obwohl di Carli nach einem Handbruch erst im Herbst vergangenen Jahres wieder richtig ins Training eingestiegen war. Nach der Leistungsexplosion in Berlin ließ er zweieinhalb Tage lang erst mal alles auf sich einprasseln, versuchte zu realisieren, was da passiert war, bis er eines frühen Morgens dann aus dem Bett hochschoss und begriffen hatte, in welche Dimension er da vorgestoßen war: Marco di Carli wird als schnellster 100-Meter-Freistilsprinter zur Weltmeisterschaft nach Schanghai reisen, deren Schwimmwettbewerbe am 24. Juli beginnen – in der Disziplin, die als prestigeträchtigste im Schwimmsport gilt, in der „Königsdisziplin“, wie Ulmer sagt. Seine Zeit hielt sogar dem Ansturm des Weltmeisters auf dieser Strecke stand: Der Brasilianer Cesar Cielo Filho war vor gut einer Woche in Paris in 48,26 Sekunden zwei Hundertstelsekunden langsamer als er.

So gibt es nun also zwei Zeitrechnungen für den Schwimmer di Carli – vor Berlin und nach Berlin. Vor Berlin beschäftigte er sich hauptsächlich mit seinen Rivalen um einen Startplatz in der deutschen 4-mal-100-Meter-Freistilstafel bei der WM. Nun studiert er schon mal die Renntaktik des Olympiasiegers

und Weltmeisters Cielo Filho. Auch im täglichen Training machen sich die veränderten Perspektiven bemerkbar, als zusätzlicher Anreiz, als weiterer Antrieb. Ging es vor Berlin darum, erst mal zu schauen, wohin ihn sein Weg nach der Verletzung überhaupt noch führen könnte, hat er nun die Bestätigung, dass er, wenn alles passt, das Niveau der Besten erreichen kann. „Das spornt noch mehr an“, sagt di Carli. Nicht zuletzt, weil er weiß, dass Cielo & Co. das Potential haben, noch schneller zu sein – und mit Feuereifer daran arbeiten, dieses Potential auch zu nutzen.

Die Gefahr, dass der einst als wilder Sprücheklopfer bekannte di Carli angesichts seiner Fabelzeit nun die tägliche Trainingsarbeit im Becken zugunsten wolkiger WM-Träumereien schleifen lässt, scheint also gering. Di Carli ist lange genug dabei, um zu wissen: „Dass ich Erster in der Weltrangliste bin, heißt ja nicht, dass ich den Titel schon gebucht habe.“ Die WM in Schanghai ist eine ganz andere Nummer, als es die deutschen Meisterschaften waren, dann werden nicht ein paar hundert, sondern bis zu 18.000 Menschen zuschauen. Und dann werden vor allem die Konkurrenten über 100 Meter Freistil von ganz anderem Kaliber sein. „Das wird eine ganz enge Kiste“, sagt Ulmer. Wie eng, zeigt schon ein Blick auf die Weltrangliste. „Es sind 30 bis 40 Leute unter 49 Sekunden geschwommen“, sagt di Carli, die besten zwanzig der Welt liegen gerade mal fünf Zehntelsekunden auseinander. Ulmer weiß: Für di Carli geht es auch darum zu zeigen, dass die 48,24 Sekunden von Berlin keine Eintagsfliege waren – seine zweitschnellste Zeit, 48,88 Sekunden, stammt schließlich aus dem Jahr 2007.

In wenigen Tagen nun beginnt das Abenteuer Schanghai für di Carli, zunächst mit einer Trainingswoche mit der Nationalmannschaft in Berlin, bevor es dann am 15. Juli nach China geht. Dort wird dann auch die mentale Stärke eine wichtige Rolle spielen. Die bringt di Carli nach eigenem Ermessen mit. „Wenn ich weiß, dass ich fit bin“, sagt er, „kann ich mich so reinsteigern, dass ich auch über die körpereigenen Grenzen hinausgehen kann.“ Um in Schanghai in der Spitze zu landen, wird das auch nötig sein – zumindest falls seine eigene Prognose eintrifft. Denn Illusionen, dass seine Weltbestzeit die WM überdauern könnte, macht sich di Carli nicht. „Die Medaillen in Schanghai“, sagt er, „werden um 47,5 Sekunden vergeben.“

BERND STEINLE

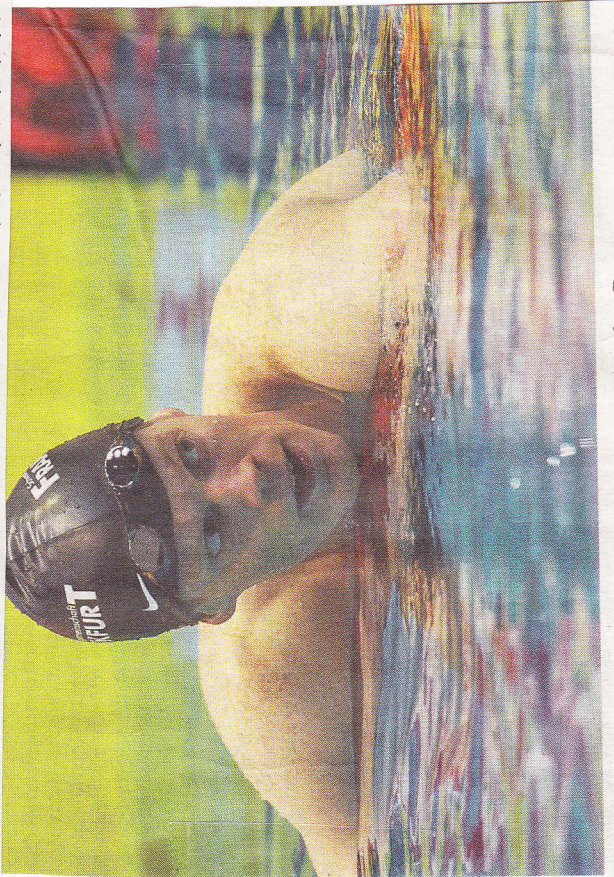


Foto: Imago Sport

Festhalten, bitte: Marco di Carli orientiert sich an den Besten.