

Wirbelwind auf allen Pisten

Der neunjährige Alain Bär ist ein furchtloses Energiebündel.
Am **Famigros Ski Day** auf dem Hoch-Ybrig ist der Junge
mit Down-Syndrom beim Plauschrennen mitgerast.

Text: Monica Müller **Bilder:** Samuel Trümpy





Alain Bär wärmt sich auf wie ein Profi und flitzt die Slalompiste hinunter, ohne ein Tor auszulassen. Nach der Zieleinfahrt posiert er mit Vater Serge, Mutter Isabella und Bruder Ghislain.



Der Junge mit der Nummer 237 muss noch warten. Alain (9) steht mit seinen Eltern Serge (51) und Isabella Bär (46) in der Schlange zum Start des Riesenslaloms. Er stretcht die Beine, geht in die Hocke, kreuzt zweimal die Skistöcke, klappt das Visier seines Helms herunter. «Starten, starten! Starten!!!»

Als es endlich so weit ist und er nach seinem Bruder Ghislain (12) losbrettern darf, kreuzt er erst in aller Ruhe nochmals beidseits die Skistöcke. Dann geht er in die Hocke. Im Ziel angekommen, zeigt er alle Siegerposen aus seinem Repertoire. Er streckt die Arme in die Luft, zieht den rechten Ellbogen runter, stemmt Ski und Stöcke über den Kopf. Strahlend nimmt er die Medaille entgegen und küsst sie.

Fürs Mittagessen hat Alain keine Zeit. Er will noch mal mit der Sesselbahn Sternchen hochfahren. Serge Bär begleitet ihn. Auch wenn er früher intensiv Skirennen fuhr, bedeutet es für ihn pures Adrenalin, den Sohn zu verfolgen: Der ist stets in der Hocke und hält nicht viel von Bögli, wenn sie nicht gerade auf einer Rennstrecke ausgesteckt sind. Nach zwei weiteren Abfahrten lässt

sich der Neunjährige doch noch zu einem Teller Gehacktes mit Hörnli überreden. Er isst schnell und ist gleich wieder auf den Beinen. Serge Bär hat Alains Ski bereits versteckt, damit der Junge sie sich nicht einfach umschnallt und davonbraust. Sitzen bleiben mag Alain trotzdem nicht: Mit einem Skistock buddelt er ein Loch in den Schnee.

Die Behinderung ist kein Thema

Unterdessen erzählen seine Eltern, dass sie ihn bereits mit zweieinhalb Jahren auf die Ski gestellt haben. «Es war ultramühsam, bis er alleine fahren konnte», erzählt Serge Bär. Körperspannung und Koordination seien für den Buben mit Down-Syndrom sehr schwierig. Mit Angaben wie «oben», «unten», «rechts» und «links» könne er nichts anfangen. «Und wenn er genug hat, dann ist fertig lustig», ergänzt die Mutter. Entweder sei er superglücklich oder er stelle sich total quer.

Als ehemaliger Skirennfahrer trainiert Serge Bär Skitalente für den Skiclub Richterswil-Samstagern. Von Oktober bis April stehen die Kinder viermal pro Woche auf den Brettern. Sein jüngster Sohn Luc (7) fährt Rennen in der Kategorie «Mini», sein ältes-

ter, Ghislain, bei den «U14». Alain trainiert mit. «Er imitiert, was er sieht, ist furchtlos und düst einfach davon», sagt Serge Bär.

Dem mittleren von drei Kindern wird zu Hause nichts geschenkt. «Luc und Ghislain zoffen und prügeln sich mit Alain – seine Behinderung ist für sie kein Thema», erzählt Isabella Bär, die in ihrer Kunstgalerie Energie für daheim schöpft. Sichtlich gerührt erzählen die Eltern, wie Alain tags zuvor am Grand Prix Migros das Einzelrennen bestritten hat. Rund 30 Kinder, die ihn vom Training kennen, standen am Hang und jubelten ihm zu. Ein solcher Tag im Schnee sei zu 95 Prozent grossartig. Die übrigen fünf Prozent hätten es aber in sich: Da verhalte Alain sich schwierig. «Da alterst du», sagt Serge Bär, und seine Frau nickt.

Von Alain haben sie gelernt, sich von Erwartungen zu lösen, den Moment zu geniessen. Es bringe beispielsweise nichts, sich vor den Sommerferien vorzustellen, wie man auf der Liege relaxen werde. Die Realität sei eine andere. Dafür kenne die Familie jeweils sehr schnell alle Leute am Strand. Und immer wieder öffne Alains Charme auch unerwartet Türen. Im letzten Sommer kroch der Junge



Medaillenglück: Alain wirft sich gekonnt in Siegerpose.

durch eine Hecke in den Garten einer Nachbarsvilla. Dort spielte er mit Hunden, vor denen Schilder warnten. Am nächsten Tag legte er sich neben den Besitzer auf einen Liegestuhl am Pool. Darauf lud der Hausherr die ganze Familie zum Apéro ein.

Plötzlich blicken die Eltern auf: Wo ist Alain? Das Loch im Schnee ist riesig, aber der Junge ist verschwunden. Auch am Vortag haben sie kurz nicht aufgepasst – und ihn schliesslich auf dem Dach der Beiz entdeckt. «Motorisch ist er unglaublich geschickt», sagt Serge Bär stolz. Helikoptereltern, das sind die Bären nicht. Sie freuen sich mit Alain, dass er bald ins Skilager nach Zuz mitfahren darf.

Wie aus dem Nichts steht Alain wieder da. Seine Wangen leuchten, er strahlt. «Wo sind meine Ski?», fragt er. – Die Familie macht noch eine letzte Abfahrt. Ghislain wedelt, Alain bolzt, die Eltern geben Gas. In der Seilbahn setzt sich Alain kurz hin. Auf dem Parkplatz erklimmt er noch einen Schneehaufen. «Schlitteln!», ruft er. Widerwillig setzt er sich schliesslich doch ins Auto. Als der Motor aufbrummt, nickt er ein. Daheim wird er wieder knallfit sein. **MM**

Migros-Schneesporttage

In dieser Saison organisiert die Migros noch einige Schneesporttage. Eine Teilnahme am **Grand Prix Migros** kostet 25 Franken. Qualifikationsrennen: am 7. 3. in Airolo TI; am 15. 3. in Wengen/Grindelwald BE; am 21. 3. in Nendaz VS.

Der **Famigros Ski Day** umfasst Skipässe, Mittagessen und die Teilnahme am Plauschrennen für die ganze Familie. Für Famigros- und Swiss-Ski-Mitglieder kostet der Tag pro Familie 85 Franken statt 110 Franken.

Events: am 22. 2. in Lenk BE, am 23. 2. in Marbachegg LU, am 1. 3. in Arosa Lenzerheide GR, am 8. 3. in Airolo TI, am 15. 3. in Braunwald GL und am 22. 3. auf dem Stoos SZ.

Auch Menschen mit geistiger Beeinträchtigung sind am Famigros Ski Day in Arosa Lenzerheide und Airolo herzlich willkommen.

Infos: specialolympics.ch, gp-migros.ch, famigros-ski-day.ch

Im Februar und März günstig Ski fahren:
Grand Prix Migros und Famigros Ski Day

15%

auf alle Sponser-Proteinprodukte vom 18.2. bis 2.3.

Beim Sport dabei

Ausreichend Bewegung und eine ausgewogene Ernährung sind die Grundpfeiler eines guten Körpergefühls. Mit geschmackvollen Lebensmitteln liefert das Sortiment von Sponser eine **proteinhaltige Ergänzung** – damit wir für Joggingrunden, Biketouren und Basketballturniere gewappnet sind, aber auch den Kopfsport im Alltag mit Schwung meistern.

Protein Bar 50, Chocolat, 50 g **Fr. 2.80**
In grösseren Filialen

Multi Protein Pulver Vanille, 240 g **Fr. 14.90**

