



Schweiz

The Red Bulletin Schweiz  
6341 Baar  
041 766 36 36  
www.redbulletin.com

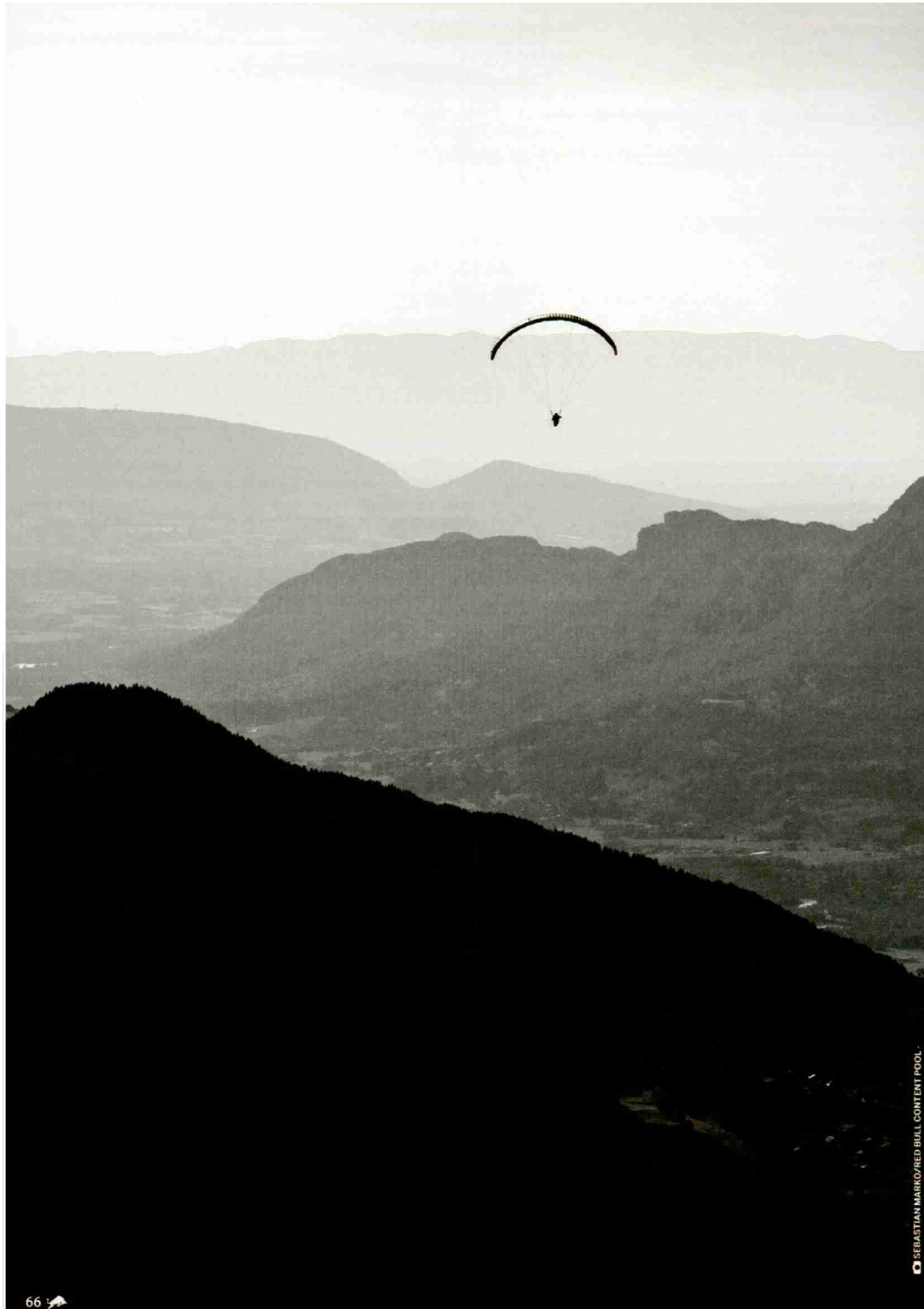
Medienart: Print  
Medientyp: Spezial- und Hobbyzeitschriften  
Auflage: 171'731  
Erscheinungsweise: monatlich

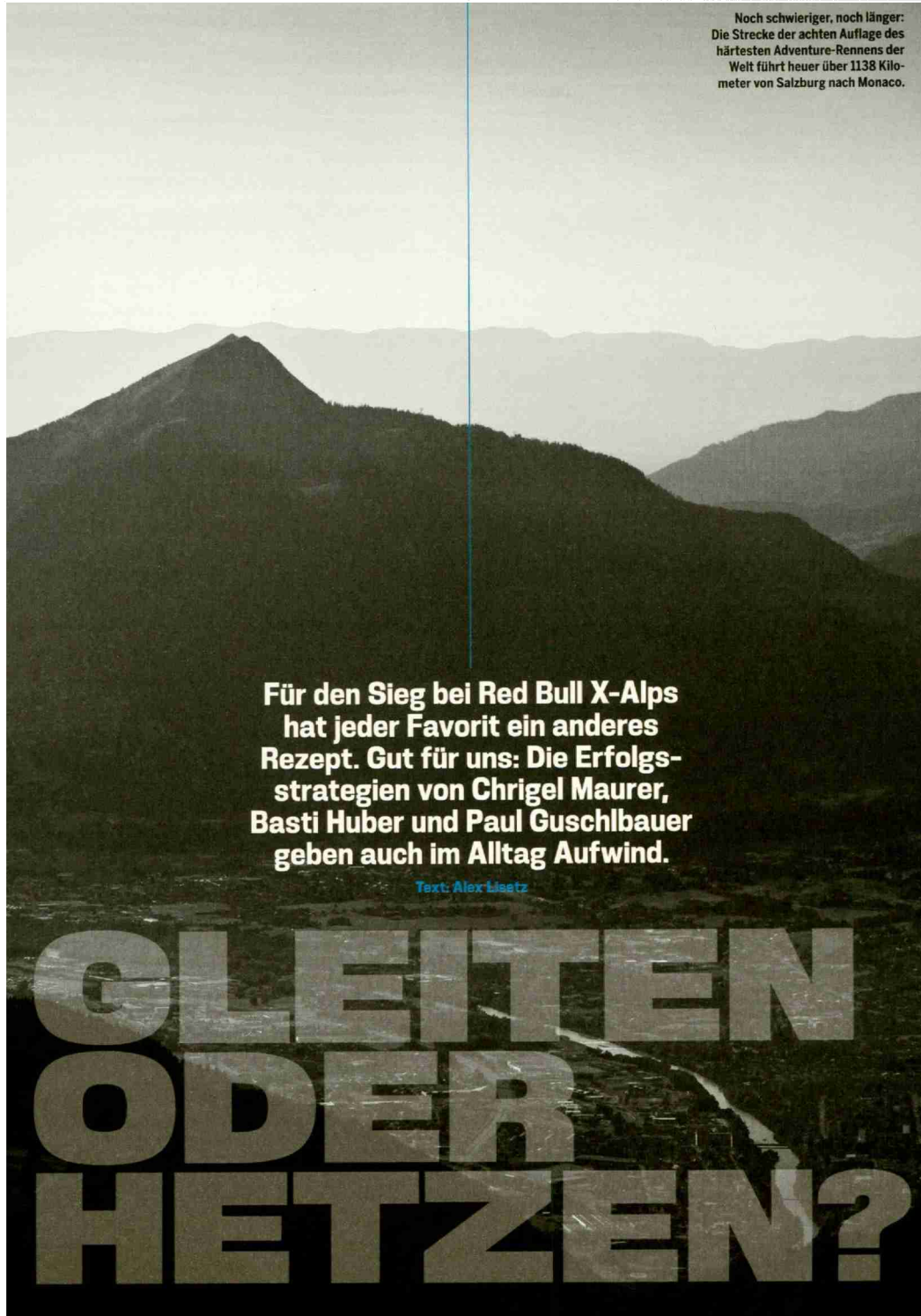
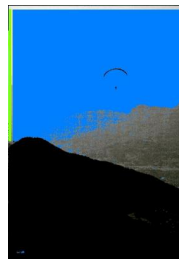


Seite: 66  
Fläche: 403'202 mm²

Auftrag: 1077450  
Themen-Nr.: 048.002

Referenz: 65661883  
Ausschnitt Seite: 1/10





Noch schwieriger, noch länger:  
Die Strecke der achten Auflage des  
härtesten Adventure-Rennens der  
Welt führt heuer über 1138 Kilo-  
meter von Salzburg nach Monaco.

**Für den Sieg bei Red Bull X-Alps  
hat jeder Favorit ein anderes  
Rezept. Gut für uns: Die Erfolgs-  
strategien von Chrigel Maurer,  
Basti Huber und Paul Guschlbauer  
geben auch im Alltag Aufwind.**

Text: Alex Lisetz

**GLEITEN  
ODER  
HETZEN?**



# W

as ist eigentlich der Unterschied zwischen Red Bull X-Alps und dem Leben? In beiden geht es ständig steil bergauf oder rasant bergab. Hier wie da führen viele Wege zum Ziel. Und da wie dort ist die kürzeste Strecke nicht zwangsläufig die schnellste. Ach ja, einen Unterschied gibt es allerdings: Das Red Bull X-Alps gewinnt immer Chrigel Maurer.

Der 34-jährige Christian „Chrigel“ Maurer ist vierfacher Sieger des härtesten Abenteuerrennens der Welt, seit 2009 ist er ungeschlagen. „Es wird höchste Zeit, dass einmal ein anderer gewinnt“, sagt er freundlich. Aber Maurer ist Schweizer, und in der Schweiz hetzt man sich nicht. Mit „höchste Zeit“ meint er deshalb nicht zwangsläufig dieses Jahr.

Der Deutsche Sebastian Huber und der Österreicher Paul Guschlbauer, Zweiter und Dritter der letzten Red Bull X-Alps und Maurers gefährlichste Konkurrenten,

sehen das ganz ähnlich. Auch sie sind der Meinung, es wäre höchste Zeit, dass einmal ein anderer gewinnt. Anders als Maurer fänden sie aber schon 2017 recht passend dafür.

Tatsächlich stehen die Chancen für Huber und Guschlbauer gar nicht schlecht. Beim letzten Red Bull X-Alps saßen sie Maurer dichter im Nacken als irgendein Konkurrent je zuvor. Guschlbauer konnte sogar den psychologisch wichtigen Prolog für sich entscheiden. Doch Maurer setzte seine Siegesserie fort, weil er in Serie die richtigen Entscheidungen traf. Große wie die Streckenführung oder die Wahl der richtigen Ausrüstung. Und tausende kleine, Tag für Tag: in eine andere Richtung laufen, um von dort weiterfliegen zu können; ein paar Meter sinken oder steigen, um einen Hauch von Aufwind auszunützen; einen Landeplatz weitab der Ideallinie wählen, der den bevorstehenden Wetterumschwung miteinberechnet.

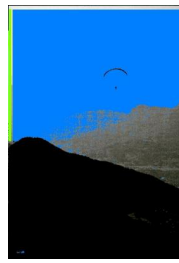
Inzwischen sind zwei Jahre vergangen, in denen Maurers Konkurrenten neue Erfahrung sammeln konnten. Zwei Jahre, in denen sie sich fliegerisch und konditionell auf die Revanche für 2015 vorbereitet haben. Kann es sein, dass wir 2017 den spannendsten Bewerb, seit es Red Bull X-Alps gibt, erleben? „Ich hoffe nicht“, sagt Chrigel Maurer. Und lächelt freundlich.



Schweiz

The Red Bulletin Schweiz  
6341 Baar  
041 766 36 36  
www.redbulletin.com

Medienart: Print  
Medientyp: Spezial- und Hobbyzeitschriften  
Auflage: 171'731  
Erscheinungsweise: monatlich



Seite: 66  
Fläche: 403'202 mm<sup>2</sup>

Auftrag: 1077450  
Themen-Nr.: 048.002

Referenz: 65661883  
Ausschnitt Seite: 4/10



KELVIN TRAUTMANN/RED BULL CONTENT POOL

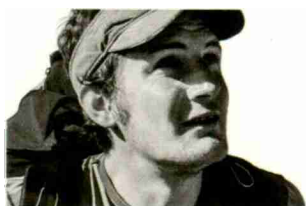


**„Ich besichtige die Strecke dreimal. Man darf nichts dem Zufall überlassen.“**  
Paul Guschlbauer

Lieber laufen oder auf guten Wind warten? Beim letzten Red Bull X-Alps legte Paul Guschlbauer 446 Kilometer zu Fuß und 1616 mit dem Gleitschirm zurück.



## Erfolgsfaktor: ABENTEUERERGEIST



**Sebastian Huber, 31 (GER)**

2. RED BULL X-ALPS 2015

**THE RED BULLETIN:** Herr Huber, bei Red Bull X-Alps 2015 ist Ihnen ein Missgeschick passiert: Sie hätten beinahe gewonnen.

**SEBASTIAN HUBER:** Ja, das war überhaupt nicht geplant. Eigentlich lautet Ihre Strategie ja, Red Bull X-Alps gar nicht als Wettkampf zu sehen. Aber was ist es dann? Ein saugeiles Abenteuer. Und bei diesem Abenteuer möchte ich einfach nur Spaß haben. Alles andere ergibt sich dann ohnehin von selber.

**Aber das erklärt nicht, warum Sie so schnell sind.** Vielleicht, weil ich nicht nachdenke? Ich glaube, wenn man den Dingen ihren Flow lässt, passiert das Richtige ganz automatisch.

**Was macht denn für Sie**

**ein Abenteuer aus?**

Ein Beispiel: Sagt der Wetterbericht Schönwetter an, packe ich Schlafsack und Zelt zusammen, nehme mir den Gleitschirm her und fliege los. Am Abend lande ich, wo es mir gefällt, und biwakiere dort. Am nächsten Morgen fliege ich weiter. Da erlebst du Sachen, die sind unbezahlbar. Und dieser Moment, wenn du nach ein paar Tagen in der Luft wieder genau vor deiner Haustür landest, der ist sowieso die Befriedigung schlechthin.

**Und was ist das Abenteuer an Red Bull X-Alps?**

Die neue Strecke mit den vielen unbekanntenen Abschnitten. Den Turnpoint in Slowenien mag ich besonders, von mir aus hätte es ruhig noch weiter südlich gehen können. Und die vielen Überraschungen unterwegs. Oft musst du irgendwo landen, wo du überhaupt nicht landen wolltest. Und dann musst du dir überlegen, wie du aus der Nummer wieder herauskommst.

**Wenn man Ihnen so zuhört, bekommt man selbst Lust darauf, mehr Abenteuer**

**zu erleben.**

Ja, weil heute jeder nur noch in sein Smartphone schaut oder seinen Facebook-Account checkt. Dabei brauchst du doch nur in die Natur rauszulatschen und die Augen aufzumachen. Um Abenteuer zu erleben, muss man keine Reise buchen und kein Geld ausgeben. Man braucht nicht einmal ein Sportgerät zu kaufen. Man muss nur vor die Türe gehen.

**2015, beim letzten Red Bull X-Alps, hatten Sie den geringsten Rückstand auf Chrigel Maurer seit Beginn seiner Siegesserie. Was passiert, wenn Sie dieses Jahr wieder so konsequent „einfach nur Spaß haben“?**

Ganz ehrlich, das interessiert mich gar nicht so besonders. Ich habe auch letztes Mal unterwegs nie nachgeschaut, wer gerade vor oder hinter mir liegt und wie weit. Mein Ziel ist es, so schnell wie möglich nach Monaco zu kommen. Aber nicht, schneller als irgendjemand anderer nach Monaco zu kommen.

**Worauf freuen Sie sich am meisten, wenn Sie an Red Bull X-Alps denken?** Wenn's endlich losgeht.



Konditionswunder und geschickter Pilot: Der unbekümmerste Niederbayer Basti Huber wurde 2015 überraschend Zweiter.

**„Red Bull X-Alps ist für mich in erster Linie ein saugeiles Abenteuer.“**

Sebastian Huber

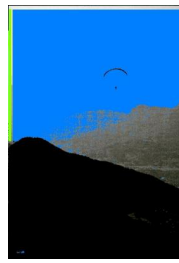
GERMANY  
Red Bull  
LEO LENSER

© HAROLD FANDEBERG / RED BULL CONTENT COLLECTIVE

Schweiz

The Red Bulletin Schweiz  
6341 Baar  
041 766 36 36  
www.redbulletin.com

Medienart: Print  
Medientyp: Spezial- und Hobbyzeitschriften  
Auflage: 171'731  
Erscheinungsweise: monatlich



Seite: 66  
Fläche: 403'202 mm<sup>2</sup>

Auftrag: 1077450  
Themen-Nr.: 048.002

Referenz: 65661883  
Ausschnitt Seite: 8/10

## X-Faktor

Red Bull X-Alps wird 2017 zum achten Mal ausgetragen. 32 Athleten aus 21 Nationen legen zu Fuß und mit dem Paraglider mindestens 1138 Kilometer von Salzburg nach Monaco zurück und müssen dabei sieben Turn-points in sieben verschiedenen Ländern passieren.

Bereits am 29. Juni findet im Salzburger Land ein 1-Tages-Rennen statt, der Leatherman Prolog. Dabei wird jeder Schritt der Teilnehmer von modernster Tracking-Technologie festgehalten und via Live-Tracking auf [redbullxalps.com](http://redbullxalps.com) zugänglich sein.

Red Bull X-Alps 2017 startet am 2. Juli am Mozartplatz in Salzburg.

© SEBASTIAN MARCOVIERI/REDA BULL CONTENT POOL, PHILIP PLATZER/RED BULL CONTENT POOL, FELIX WOLKE/RED BULL CONTENT POOL

Paul Guschitbauer beim Landeanflug auf den Yachthafen von Monte Carlo: Auch dieses Jahr wird nur eine Handvoll Athleten das Ziel erreichen.





## Erfolgsfaktor: BIS INS DETAIL



**Paul Guschlbauer,  
33 (AUT)**

3. RED BULL X-ALPS 2011, 2015  
9. RED BULL X-ALPS 2013

**THE RED BULLETIN:** Herr Guschlbauer, Sie kennen jeden Flecken zwischen Salzburg und Monaco. Könnten Sie mich telefonisch ins Tal lotsen, wenn meinem GPS beim Wandern der Saft ausgeht?

**PAUL GUSCHLBAUER:** Ich könnte es versuchen. Am Alpenhauptkamm kenne ich mich ziemlich gut aus, südlich des Gardasees immer noch einigermaßen.

**Wie werden Sie sich denn auf die neue Strecke vorbereiten?**

Ziemlich penibel. Ich werde sie vor dem Start dreimal besichtigen: mit dem Flugzeug,

dem Auto und zu Fuß.

**Warum dieser Aufwand?**

Ich möchte im Detail die Zusammenhänge verstehen, die mir am Weg begegnen: Wo schwappt der Talwind über den Berg? Wo gibt es ein Lee, weil die Berge so hoch sind?

**Können Details wie diese über Sieg und Niederlage entscheiden?**

Möglicherweise, denn das Niveau ist in den letzten Jahren deutlich gestiegen und das Spitzenfeld zusammengedrückt. Du kannst heute nicht mehr einfach drauflosfliegen, sondern musst Red Bull X-Alps so methodisch angehen wie ein Schachspiel. Nur wer drei Züge vorausplant, kann seine Gegner schlagen.

**Zur perfekten Planung gehört auch die perfekte Ausrüstung. Gehen Sie da ähnlich akribisch zur Sache?**

Noch so ein Bereich, in dem alles professioneller geworden ist. Am Anfang meiner Red Bull X-Alps-Karriere haben wir Sitz und Gurtzeug noch selbst zusammengenäht. Die Schirme waren ein fauler Kompromiss: entweder leicht zu tragen und schwierig zu fliegen, oder umgekehrt. Heute stellt mir mein Ausrüster Hightech-Material zur Verfügung, das extra für

diesen Wettkampf entwickelt wurde.

**Klingt alles nach Riesenaufwand.**

Im Gegenteil, es spart Zeit und Energie. Ich definiere zuerst meine Ziele und dann die Maßnahmen, die mich dorthin führen. Jetzt muss ich nur noch meinen Plan umsetzen, um meine Ziele zu erreichen. Eigentlich ganz einfach. Und auch im Job oder für den Hobbysportler umsetzbar. **Und doch schlawinern wir uns meist lieber planlos durch den Alltag. Sogar die Management-Bücher sagen, dass wir mit 20 Prozent Einsatz 80 Prozent des Ergebnisses hinkriegen. Das reicht doch auch, oder?**

Aber nur, wenn uns die Aufgabe keinen Spaß macht. Sobald wir für etwas Leidenschaft empfinden, interessieren wir uns für jedes Detail.

**Ist die perfekte Vorbereitung letztlich auch ein psychologischer Vorteil?**

Natürlich ist sie das. Es nimmt mir Druck, wenn ich weiß, dass ich nichts dem Zufall überlassen habe. Und ich war bei Red Bull X-Alps immer dann am besten, wenn ich ohne Druck gestartet bin.

**„Bei einer so komplexen Aufgabe musst du auf deine Intuition hören.“**

Chrigel Maurer



## Erfolgsfaktor: INTUITION



**Christian „Chrigel“  
Maurer, 34 (SU)**

1 RED BULL X-ALPS 2009,  
2011, 2013, 2015

**THE RED BULLETIN: Herr Maurer, Sie sagen oft, wie wichtig das Bauchgefühl für Sie ist. War es Ihr Bauch, der viermal Red Bull X-Alps gewonnen hat?**

**CHRIGEL MAURER:** Irgendwie schon. Ich habe mich mit Bergläufen und Skitourenrennen fit gemacht, da reicht es, Vollgas zu geben. Aber bei einer komplexen Aufgabe wie Red Bull X-Alps musst du auf deine Intuition hören.

**Was erkennt Ihr Bauch schneller, gründlicher, klarer als Ihr Kopf?**

Es gibt bei Red Bull X-Alps Entscheidungen, für die hat man Zeit: Gehe ich zu Fuß, oder will ich fliegen? Wann esse ich wie viel? Solche Ent-

scheidungen kann man bis zu einem gewissen Grad im Kopf lösen – auch wenn es effektiver ist, seinem Gefühl zu folgen. Aber dann gibt es auch Entscheidungen, für die man keine Zeit hat. Die muss man einfach mit dem Bauch treffen. Wenn ich in einer Extremsituation zu denken anfangen, reagiere ich zu langsam.

**Gilt das nur für Red Bull X-Alps? Oder soll man auch im Alltag nicht zu verkopft an Probleme herangehen?**  
Das kommt darauf an. Man

sollte sich sowohl bei Red Bull X-Alps als auch im Alltag an seinen eigenen Stärken orientieren, nicht an dem, was andere gut finden.

**Was heisst das in der Praxis?**  
Wenn du ein Kopfmensch bist, musst du logisch an die Dinge herangehen. Wenn du ein Gefühlsmensch bist, intuitiv. Es geht darum, das Beste aus seinen Möglichkeiten zu machen.  
**Manche Ihrer Konkurrenten besichtigen akribisch die Strecke. Sie, Herr Maurer, trainieren am liebsten daheim in Adelboden. Ist es nicht sinnvoll, sich umfassend auf bevorstehende Herausforderungen vorzubereiten?**

Natürlich ist es das. Man muss

seine Hausaufgaben gemacht haben, man braucht Können, Wissen, Routine, bevor man auf seine Intuitionen zurückgreifen kann.

**Aber?**

Aber diese Taktik ist trotzdem Unsinn. Wenn ich in Italien einen Startplatz besichtige, können die Bedingungen am nächsten Tag schon wieder andere sein. Am Ende hat man den Kopf voll mit falschen Daten und blockiert sich selbst.

**In einem Vortrag haben Sie gesagt, die beste Ausgangslage für Erfolg sei „ein Zustand, bei dem man ein bisschen verunsichert“ sei. Machen Selbstzweifel erfolgreich?**

Unsicherheit hat zwei positive Effekte. Zunächst zwingt sie dich, alle Faktoren, die dich unsicher machen, aus dem Weg zu räumen. Dann trainierst du zum Beispiel härter, oder du beobachtest die Wettersituation genauer.  
**Und der zweite positive Effekt?**

Wenn man sich selber zu toll findet, kann man eine Zeitlang erfolgreich sein. Aber auf Dauer bleibt man damit nicht an der Spitze.

[www.redbullxalps.com](http://www.redbullxalps.com)



Schweiz

The Red Bulletin Schweiz  
6341 Baar  
041 766 36 36  
www.redbulletin.com

Medienart: Print  
Medientyp: Spezial- und Hobbyzeitschriften  
Auflage: 171'731  
Erscheinungsweise: monatlich



Seite: 9  
Fläche: 13'255 mm²

Auftrag: 1077450  
Themen-Nr.: 048.002

Referenz: 65670244  
Ausschnitt Seite: 1/1



## RED BULL X-ALPS

Ein Rennen über die Berge von Salzburg nach Monaco, nur per Gleitschirm und zu Fuß – das setzt erstaunliche Energien frei.