

\*\*\*\*\*

## „Der Erfolg kam völlig überraschend“

**Brig-Glis / Naters / Toller Erfolg für die Natischerin Alexandra Pfammatter bei der Europameisterschaft der Armdrücker im bulgarischen Sofia: Die Debütantin errang auf Anhieb zwei Bronzemedailien.**

Von Markus Pianzola

Erst seit vier Monaten ist Alexandra Pfammatter aktive Armdrückerin. Durch ihren Freund ist sie zu diesem Sport gekommen. Nachdem sie sich Ende April an den Schweizer Meisterschaften für die Europameisterschaften qualifiziert hatte, reiste sie vor zwei Wochen ohne grosse Erwartungen mit ihrem Trainer Beny Walpen, der auch Präsident des Oberwalliser Armsportclubs „IronArms“ sowie der Swiss Armsport Federation ist, nach Sofia.

### **Doping auch im Armsport ein Thema**

Umso unerwarteter dann die Ausbeute: In der Kategorie über achtzig Kilogramm errang die 23-Jährige sowohl mit dem rechten als auch dem linken Arm die Bronzemedaille. „Der Erfolg kam völlig überraschend für mich. Trotz den Halbfinalniederlagen überwog die Freude über das Erreichte jeweils sofort die Enttäuschung“, erklärt sie. Nach den beiden Medaillengewinnen musste die kaufmännische Angestellte jeweils zur Dopingkontrolle antreten – diese fielen negativ aus. „Dopingmissbrauch kommt beim Armsport genauso vor wie in anderen Kraftsportarten.“



Die Natischerin Alexandra Pfammatter gewann an der Armsport-EM die Bronzemedaille

### **„Technik ist wichtiger als Kraft“**

Armdrücken fristet im Oberwallis momentan noch ein Mauerblümchendasein. Noch ungewöhnlicher ist es da natürlich, wenn Frauen diesem Hobby frönen. Entsprechend die Reaktionen der Kolleginnen und Kollegen, als die Natischerin anfangs von ihrer neuen Freizeitbeschäftigung erzählte. „Die Faszination des Armdrückens versteht man halt erst, wenn man es selber einmal gemacht hat.“ Aufräumen will sie auch mit dem Klischee, es handele sich dabei nur um eine Freizeitbeschäftigung in Beizen. Zwei bis drei Mal die Woche trainieren sie und ihre Clubkollegen ihre Fertigkeiten im eigenen Trainingsraum. Dabei steht das Training mit Gewichten zum Muskelaufbau ebenso auf dem Programm, wie das Trainieren der Technik am Tisch. „Technik ist wichtiger als reine Kraft. Und auch Schnelligkeit und Durchhaltevermögen gehören dazu“, ist Pfammatter überzeugt.

### **Nächster Auftritt in Belgien**

Nach ihrem Erfolg in Bulgarien trainiert die Überraschungsfrau bereits für ihr nächstes Ziel: Ende Juli steht im belgischen Rochefort ein internationales Turnier an. Doch diesmal werden die Gegnerinnen wohl gewarnt sein vor der Newcomerin.