

## **Roger Strasser: Mit Konsequenz und Freude zum Doppel-Europameister**

Eigentlich wollte Roger Strasser nie an Masterswettkämpfen teilnehmen. Mittlerweile ist der Athlet des TV Wohlens zweifacher Europameister in der M50-Kategorie mit der 6kg-Kugel.

Zum ersten Mal zugeschlagen hat Roger am 21.9.2023 an den Masters-Europameisterschaften in Pescara (Italien). Er stiess die Kugel auf 16,58 Meter, was gleichbedeutend mit dem M50-Schweizerrekord war. Zum zweiten Streich setzte Roger an den Hallen-Europameisterschaften der Masters in Torun (Polen) an, als er am 18.3.2024 mit der Kugel 16,78 Meter erreichte, was ebenfalls M50-Schweizerrekord bedeutete. Somit übertraf Roger seine PB aus seiner Aktivzeit, als er im Jahre 2002 mit 29 Jahren die schwerere 7,26kg-Kugel auf 16,68 Metern stiess. Diese Weite ist immer noch gleichbedeutend mit dem Vereinsrekord des TV Wohlens. Roger erreichte diesen Wert an einem speziellen Anlass, welcher sich zu seinem Lieblingswettkampf entpuppen sollte. Roger durfte nämlich 2002 an seinem ersten internationalen Wettkampf starten, am Europacup in Sevilla.

### **Von der Jugi zum Aktiv-Schweizermeister...**

Wie wohl einige Kinder, die in Wohlens aufgewachsen sind, besuchte auch Roger die Jugi. Wegen Knieproblemen hörte er auf und probierte anschliessend verschiedene Ballsportarten. Im Rahmen eines Schulsporttages in der 2. Bez schaffte Roger den Sprung auf das Podest, woraufhin ihn Rolf Stadler (seit Jahren Leiter der LA-Abteilung) überzeugen konnte, in der Nachwuchsriege der Leichtathletik mitzumachen. Seither ist Roger dem TV Wohlens sowie seinem Trainer und Förderer Rolf treu geblieben. Roger probierte sich zuerst in den Disziplinen Weitsprung und Speerwurf. In dieser Wurfdisziplin gewann Roger seine erste Medaille, und zwar an den sogenannten Freiamtermeisterschaften. Seit Rolf vorgeschlagen hatte, das Kugelstossen auszuprobieren, ging Rogers Weg steil nach oben. An der U20-SM erreichte er den 5. Rang, was für ihn die Initialzündung war, um Vollgas zu geben. Denn dieses Resultat zeigte ihm, dass er mit den Besten mithalten konnte. Den ersten outdoor SM-Titel bei den Aktiven erreichte Roger im Jahre 2002; es folgten noch drei weitere. Ausserdem durfte sich Roger auch an der indoor-SM sechs Mal die Goldmedaille umhängen lassen, dies zwischen 1998 und 2008. In seiner Aktivzeit trainierte Roger dafür fünf Mal pro Woche, auch während seines Studiums. Er setzte Prioritäten und zog sein Training regelmässig durch. Dafür war er sich auch nicht zu schade, eine Kugel in die Skiferien mitzunehmen. Nach seinem Rücktritt vom Wettkampfsport ging Roger immer noch 1- bis 2-mal pro Woche ins Training. Aktuell absolviert er drei Trainings in der Woche, welche aus Kraft und Technik bestehen. Roger geht gerne in den Krafraum und leitet einmal in der Woche ein Krafttraining der Werfergruppe. Dabei sieht er sich als Motivator und Vorbild für die jüngeren Athlet\*innen.

### **...und zu neuen Zielen**

Roger ist ein sehr gut gelaunter, hoch motivierter und trainingsfleissiger Athlet. Er nimmt das Training immer noch ernst, was früher auch mal zur Verkrampfung führen konnte, doch seine Erfahrung hilft ihm dabei, dass er im Wettkampf stets Stärke zeigen kann. Mit dem Selbstvertrauen der aktuellen Erfolge nimmt Roger nun die Ziele für die Saison 2024 ins Visier. Er hat sich bereits für die Masters-WM im August in Göteborg angemeldet und feilt fleissig an seiner neuen Drehstoss-Technik. Ausserdem reizt es ihn, seine PB zu verbessern und die 17m-Marke zu knacken.

### **Ein Mann mit vielen Talenten**

Als Hobby und zum Ausgleich wirft Roger auch Diskus. An den Masters-SM holte Roger auch beim Diskuswerfen den 1. Rang. Seine 48,17 Meter mit dem 1,5kg-Diskus bedeuteten Schweizerrekord in der Kategorie M50. Zudem gewann Roger mit dem Männerteam des TV Wohlens 2016 und 2018 an der Team SM Diskus-Gold. Nebst dem Sport nimmt Musik eine wichtige Rolle in Rogers Alltag ein. Er singt a cappella, früher mit Seven, heute für sich oder auf Hochzeiten und er hat bereits mehrere Instrumente gespielt. Abschalten kann der 51-Jährige promovierte Elektrotechniker auch bei seiner Frau und Tochter in Mellingen. Für den TV Wohlens ist Roger auch als Speaker unterwegs, er war zudem zehn Jahre OK-Präsident des «Dance & Dine» und an der letzten GV wurde er zum Ehrenmitglied ernannt.

### **Spirit der Mastersathleten als Schlüsselfunktion zum Erfolg**

In all den Jahren hat Roger gelernt, auf seine eigene Leistung zu schauen und sich mit den anderen zu freuen, anstatt gegen sie zu kämpfen. An den Masterswettkämpfen wird dieser Spirit noch mehr gelebt. Es ist ein Miteinander aller Disziplinen, Altersstufen und Nationalitäten. Die eigene Leistung steht mehr im Fokus als der Platz. Mit dieser Einstellung und Rogers Ratschlag, regelmässig zu trainieren und dranzubleiben, hat er bewiesen, dass vieles möglich ist.