

José Antonio Hermida

# Der Pantoffel-Superheld

Reihenhaus mit Trampolin im Garten, verheiratet, zwei Kinder. Eine Seite von José Antonio Hermida. Die andere: Cross-Country-Weltmeister, Olympia-Silber und die lustigste Show im Ziel. Der sympathische Pistolero pendelt zwischen den Welten.

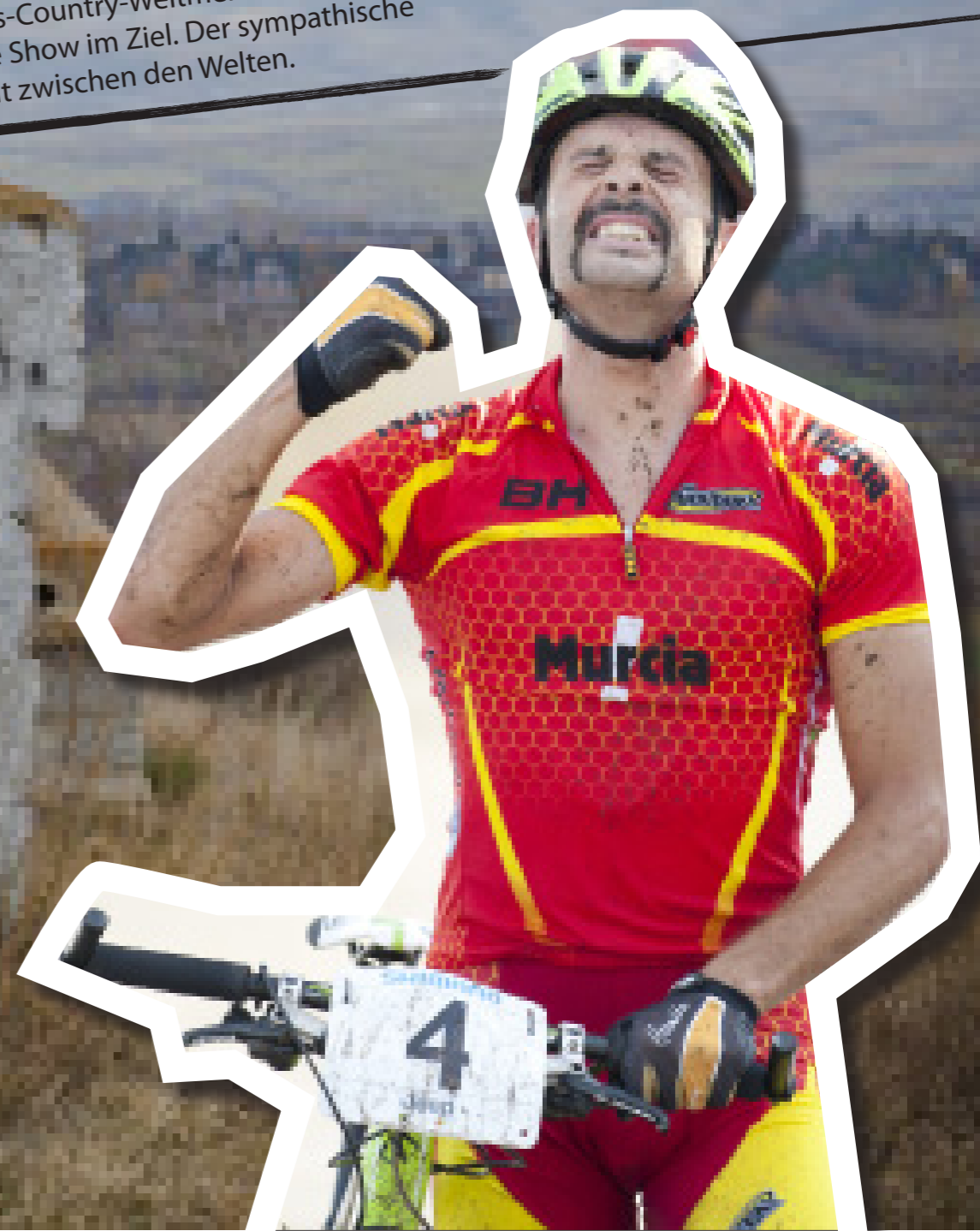


Foto: Frank Badegamüller



**Hermidas Markenzeichen: am Berg fighten bis zum Umfallen. Den Worldcup in Houffalize hat der Spanier schon zwei Mal gewonnen.**

brutalen Kampf mit Lokalmatador Bury Stander, Christoph Sauser und seinem Dauerrivalen Julien Absalon liefert. Abgekämpft, fertig, sitzt Hermida kurz hinter der Ziellinie. Diesmal ist er „nur“ Vierter, doch die Zuschauer und Journalisten drängen sich um den Spanier. Eine kurze Unterhaltung auf Englisch, ein Interview auf Französisch, Antworten auf Deutsch. Seit zwanzig Jahren ist der Katalane im internationalen Rennzirkus dabei. Immer vorne, immer mit Vollgas. Aber nie abgehoben.

Das Fundament des Erfolgs liegt in Puigcerdà, seiner Geburtsstadt, die exakt 1202 Meter über dem Meeresspiegel liegt. Drumherum Dreitausender. Wichtiger Teil des Hermida-Puzzles. In der Schrauberschürze öffnet der Weltstar die Tür zum Reiheneckhaus. Sandra, Eric, Sandra und José steht auf vier gelben Quietsch-Enten im Treppenaufgang. Standardküche, Kunstdrucke an der Wohnzimmerwand. Gefühlte drei Tonnen Spielzeug in Körben und Wannen stehen auf dem Boden. Im rechteckigen Garten das obligatorische Kinder-Trampolin.

José Hermidas Eltern sind keine Sportler, waren nie aktiv. Also muss eine andere Formel greifen: Naturtalent plus Zufall plus Förderer ist gleich Erfolg. Bei Hermida geht die Rech-

nung auf. „Mit 14 war ich mit Inlineskates und Skateboard unterwegs. In der Schule habe ich alle möglichen Sportarten ausprobiert, ich spielte auch Eishockey, aber bin nirgends hängen geblieben. Bis ich jemanden auf einem Mountainbike entdeckte. So ein Ding musste ich haben. Ich war gerne in den Bergen unterwegs, zum Angeln und Campen, und das sollte mein neues Transportmittel sein.“

**Ein schwarzes 500-Euro-Mongoose** wirft sein Leben über den Haufen. Aber davon ahnt er nichts. Das war 1992. Der Skilehrer und Shop-Besitzer Juan Cucurell nimmt ihn zum ersten Bike-Rennen mit, das José prompt gewinnt. Mit einem Hockey-Helm, in T-Shirt und Badeshorts. Der Fisch zappelt am Haken. Hermida wird zum *bike aficionado*. Er besucht Rennen, wenn er selbst nicht fährt. Orientiert sich an den Helden, die damals abräumen, wie Thomas Frischknecht und der Norweger Rune Høydal. „Frischi war mein absolutes Idol, ich hätte nie gedacht, dass ich mal gegen solche Profis fahren werde. Thomas' Telefonnummer ist heute noch unter ‚Idol‘ bei mir abgespeichert“, erklärt José lachend.

Der nächste „Zufall“ katapultiert ihn in die Weltliga. Zusammen mit Freunden besucht

Hermida 1995 die Bike-WM in Kirchzarten. „Ich wollte Autogramme sammeln.“ Aus Jux nimmt er am Qualifikationslauf der Junioren teil. Und gewinnt. Keiner der spanischen Funktionäre hat je von ihm gehört. Aber sie stecken ihn sofort ins gelbrote Trikot. Start für Spanien bei der WM, von Null in die Nationalmannschaft. Zwei Runden vor Schluss muss er aufgeben, das Rennen war zu hart. Doch ein Jahr später wird Hermida Junioren-Weltmeister, später U23-Weltmeister. Seitdem sammeln sich Bikes und Medaillen im Reihenhaus in Puigcerdà. Die Garage mit dem Blechtor ist den Arbeitsgeräten vorbehalten, hauptsächlich federleichte Carbon-Hardtails. „Ich bin old school“, sagt Hermida. Er schraubt auch gerne selbst, gerade präpariert er ein Cyclocross-Rad, zum Ausgleich fährt er damit Rennen im Winter. Die Nebenbetätigung brachte bisher drei spanische Titel.

„**Ich habe mich gemacht**, ich weiß, wer ich bin, woher ich komme.“ sagt Hermida, angesprochen auf seine Leidens- und Leistungsfähigkeit. Sein Körper liefert ihm die Basis dafür: Ein Hämatokritwert, der ständig bei fünfzig anklopft und eine maximale Sauerstoffaufnahme VO2max von 84 ml/min. Der Hammer. Sehr gute Hobby-Sportler liegen beim VO2max zwischen 40 und 50. Keine Probleme mit den Doping-Wächtern? „Für das Hämatokrit hatte ich eine Ausnahmeregelung in meiner UCI-Akte, inzwischen ist das hinfällig durch den Bio-Pass, der über lange Zeit deine Blutwerte dokumentiert. Ich denke, dass ich einfach extrem hohe Leistung bringen kann. Der Maximal-Puls liegt bei 197, mein Körper produziert extrem wenig Laktat. Bei den Leistungstests rätseln die Ärzte immer über meine Schwelle zwischen aerob und anaerob.“ Für Normalsterbliche ist diese Linie der Knackpunkt. Geht der Körper tief in die Sauerstoffschuld, verabschiedet sich die Muskulatur. Der Schmerz jault bis ins Kleinhirn, die Oberschenkel gehen fest wie beim Kolbenfresser. Auf Hermidas Testauswertung ist dieser Knick nicht zu finden. „Das ist ein gleichmäßiger Anstieg bei mir.“

2012 wird das schwarze Mongoose zwanzig Jahre alt. In einer Schale im Dachgeschoss-Büro sammeln sich die Medaillen. Olympisches Silber in Athen, drei Europameistertitel, Junioren-Weltmeister, sechs nationale Titel und – endlich – die begehrten Regenbogenfarben: Weltmeister 2010 im Cross Country. Der Gesamt-Worldcup muss noch warten. Dieses Jahr stehen die Olympischen Spiele in London ganz oben auf der Prioritätenliste.

Rund 300 Tage im Jahr jettet Hermida durch die Welt, hat schon alle Kontinente abgegrast, liebt das Cape Epic als Trainingsauftakt zu den Worldcup-Läufen. Ist gerade von einer



zweiwöchigen Promo-Tour mit Händeschütteln, Autogrammstunden, Bike-Shops-abklappern und Provinzrennen aus Korea zurück. Zu Hause schlüpft er in die Beständigkeit seines Heimatortes wie in einen Filzpantoffel. Sein Nest, das er nie wirklich verlässt, auch wenn er unterwegs ist. „Ich stehe total darauf, die Kids in die Schule zu bringen, mittags mit ihnen zu essen und sie abends ins Bett zu bringen.“ Seine Frau Sandra lernte er in der Schule kennen, seit acht Jahren sind sie verheiratet. Mit seinem mallorquinischen Trainer Kim Forteza arbeitet er seine ganze Laufbahn zusammen. Und mit dem Multivan Merida Team und seinen Sponsoren ist er seit über acht Jahren verbandelt. Sein Treibstoff besteht aus Leistung, Erfolg und Beständigkeit. Und Bodenständigkeit. „Arroganz kann ich nicht ausstehen. Ich bin zuerst Mensch, dann bin ich Sportler oder prominent. Ich habe nicht vergessen, wie es ist, seinen Namen auf der zweiten Seite der Ergebnislisten zu suchen.“

Den Sponsor wechseln, um mehr Kohle zu verdienen? „Darum geht es mir nicht. Ich bin happy, wenn es gut läuft.“ Dabei leuchten seine braungrünen Augen zufrieden. Der Typ ist einfach grundehrlich gestrickt. Darum war er auch sauer, als der spanische Verband



**Heute family guy, morgen Vollgas im Rennzirkus. Hermida pendelt erfolgreich zwischen den zwei Extremen.**

**Treten bis über die Schmerzgrenze gehört zum Geschäft. Sein Körper verzeiht es ihm eher als jedem anderen.**

**Hermida entspannt im Café in Puigcerdà. Sein Logo JH und die Weltmeisterfarben hat ein Freund in einen Ring gearbeitet.**



Text und Fotos Thomas Roegner

Die dunklen Wolken hängen wie festgetackert an den Gipfeln der Pyrenäen. Zwischen den schmutzig weißen Bergschrunden und den Hängen darunter blitzen ein paar Sonnenstrahlen hindurch. Sie beleuchten die eng geschachtelten Häuser auf dem Hügel hinter dem Biker in blaugrünen Klamotten. José Antonio Hermida ist auf den Trails rund um Puigcerdà unterwegs. Seit fast dreißig Jahren lebt er in der Kleinstadt an der Grenze zu Frankreich. Heute Morgen hat José seinen Sohn und seine Tochter in die Schule gebracht. Jetzt sind zwei Stunden lockeres Rollen dran. Allein, wie meistens.

Rückblick, Frühjahr 2011: Tausende von Fans feuern den Spanier frenetisch an. Die Plastikbanner, auf die sie hämmern, wummern wie Buschtrommeln. Der Weltcup in Südafrika ist ein Hexenkessel, in dem sich Hermida einen

Fotos: M. Platter, ego-promotion



Fotos: sportpics

**Für die meisten Qual, für Hermida Genuss und Freude: Das Cape Epic ist eines seiner Lieblingsrennen. Wegen der unglaublichen Landschaft und der Menschen.**

ihn bei der Weltmeisterschaft in Neuseeland zurückpfeiff. Sein Name sei in Unterlagen des Doping-Doktors Fuentes aufgetaucht. „Ich stünde angeblich auf seiner Kundenliste.“ Ein Funktionär bestand darauf, dass er sofort zurückfliegt. Statt sauer klingt Hermida in diesem Moment eher spöttisch. „Na ja, dafür haben die sozusagen mein Wohnmobil bezahlt. Ich habe geklagt. Nirgends war mein Name zu finden. Der Verband musste mir eine Entschädigung zahlen“, grinst José.

Als Nationalfahrer sollte er auch in Barcelona im Verbandszentrum trainieren. „Was soll ich da?“, meint José, „hier habe ich optimale Trainingsbedingungen. Im Winter gehe ich Langlaufen oder mache Ski-Touren. Die Rad-Profis Vande Velde, Millar und Juan Flecha wohnen um die Ecke, ab und zu gehen wir gemeinsam trainieren.“ Apropos Flecha. Hermidas Markenzeichen, der Pistolero, ist die Antwort auf Flechas imaginären Pfeilschuss bei der Zieldurchfahrt. Ein unglaublicher Schnurrbart wurde zum Weltmeister-Markenzeichen. Wirklich glücklich ist Hermida nicht darüber. „Wir wollten die Team-Wertung im Weltcup holen, deswegen ließen sich alle einen Schnurrbart wachsen, um noch mehr Teamspirit zu zeigen und so. Wir gewannen, und ich dachte,

das ist ein gutes Omen für die WM. Auf einmal war ich Weltmeister mit diesem Schnauzer.“ Die spanische Radwelt stand Kopf, auf der Website hagelte es Gratulationen. Der erste spanische Bike-Weltmeister – eine Sensation.

Im spanischen Fernsehen hat er einen 20-Minuten-Auftritt in der größten Talkshow, putzt zusammen mit dem Harald Schmidt Spaniens sein Weltmeister-Bike live im Studio. Wenn die Klassenkameraden seinen Sohn Eric darauf ansprechen, meint der nur: „Was? Berühmt? Das ist doch nur mein Papa.“ Auch im Rest der Stadt geht man unaufgeregt mit dem Profi um. In der Tapas-Bodega spricht Hermida ein weißhaariger Mann an. Die beiden diskutieren einfach über Räder. Hermida erklärt: „Das ist der ehemalige Banker von hier, er hat ein ganzes Radmuseum zu Hause und fährt noch täglich. Seine Kumpels haben jetzt E-Bikes, aber so was kommt ihm nicht ins Haus. Der Typ ist 92 Jahre alt.“ Unglaublich. Vielleicht steht irgendwo in Puigcerdà doch ein heimlicher Jungbrunnen.



STECKBRIEF

**GEBOREN**  
24. August 1978 in Puigcerdà/Spanien

**GRÖSSE** 1,72 m

**GEWICHT** 63 kg

**TEAM** Multivan Merida Biking Team

**ERFOLGE**  
Cross-Country-Weltmeister 2010,  
Olympia-Silber Athen 2004, 3 x Europameister,  
6 x Spanischer Meister Cross Country,  
3 x Spanischer Meister Cyclo Cross

**WEBSITE**  
[www.hermidabike.com](http://www.hermidabike.com)