

## Interview mit Renato Marni

Am 16. April 2013 konnte ich ein Interview mit Renato Marni führen. Er ist der aktuelle Weltmeister in Taekwondo und das schon zum 8. Mal.



### Folgende Titel konnte er schon erwerben:

- 2012** *Weltmeister im Bruchtest, Weltmeister Bruchtest im Team, Bronzemedaille Kampf Schwergewicht*
- 2011** *Weltmeister Hyong Formen Team, WM Bronzemedaille Bruchtest, 4. Platz Hyong Formen Einzel*
- 2010** *Weltmeister Bruchtest, Europameister, Ehrenmedaille für seine Tätigkeiten im Taekwondo*
- 2009** *Vize-Weltmeister Tul/Formen, Continental-Champion Bruchtest*
- 2008** *Weltmeister Bruchtest, Vize Weltmeister Formen und EM Bronzemedallien Bruchtest*
- 2007** *Weltmeister Bruchtest, Grossmeister 5.Dan*



### Wie sind Sie zu dem Sport Taekwondo gekommen?

*Durch ein Freund von mir, mit 19 Jahren.*

### Wo haben Sie das erste Mal Taekwondo betrieben? Und bei wem?

*In Davos, bei meinem Meister Ernest Werner er war ein Kanadier ist aber leider verstorben mittler weile. Bei Ihm habe ich ca. 13 Jahre trainiert. (bis zum 3ten Dan).*

### Wie hat Taekwondo Ihr Leben verändert?

*Sehr positiv! Es ist nicht nur ein Sport, man macht was für den Kopf, für den Körper und die Seele. Man gewinnt Einklang zwischen Körper und Seele. Mit der Zeit wird es zu deiner Lebenseinstellung*

### Was ist Ihr Geheimnis weshalb Sie so erfolgreich sind?

*Als ich alles gelernt habe, wie man läuft, wie man einfache Tritte und Faustschläge ausübt, musste ich einen Schritt weiter machen, denn irgendwann kann man das einfach. Dann muss man schauen wo und wie man weiter kommt, bei mir im mentalen Bereich. Ich habe vieles versucht und am Schluss bin ich an einer gewissen Form hängen geblieben die sich Matrix nennt, welche ich auch heute noch im Sport verwende.*

*Die Matrix ist eine Art Lebensphilosophie, oder einfach gesagt eine Form von Lebenseinstellung. Was glaube ich? Was will ich machen? Und wie will ich es machen? Usw. Das ist der Weg der Matrix.*

**Also hat vieles mit der Einstellung zu tun, um Erfolg zu haben?**

*Schlussendlich schon, den meine Gegner im Finale sind alle etwa gleich gut wie ich. Also die sind nicht schlechter als ich. Aber ja, das Mentale stärkt mich in diesem Moment. Es verleiht mir einen kleinen Vorteil, also in den letzten paar Jahren zumindest.*

**Wie sieht Ihr Trainingsablauf aus?**

*Der ist immer ganz anders. Es hat kein Standardprogramm, das einzige Standard ist das Ein- und Austurnen um anzufangen und aufzuhören, jedoch auch dass ist immer wieder verschieden.*

**Haben sie auch Zeit für andere sportliche Aktivitäten?**

*Nein eigentlich nicht viel aber wenn, dann gehe ich Golfen oder sehr oft fahre ich Snowboard und manchmal gehe ich auch spazieren. Zeit für anderes habe ich nicht.*

**Seit wann betreiben Sie Ihre Schule?**

*Seit etwa 15 Jahren*

**Wie gross ist die Schule mittlerweile?**

*Mittlerweile haben wir 5 verschiedene Standorte mit etwa 200 Aktivmitglieder und etwa 1500 Passivmitglieder.*

**Macht sonst noch jemand aus Ihrer Familie Taekwondo?**

*Ja die ganze Familie, unser kleines Mädchen, sie ist 8 Jahre alt. Michael mein Sohn ist 21. Er macht seit er 4 ist ebenfalls Taekwondo. Meine Lebenspartnerin Sandra Camenisch leitet sogar selber Trainings.*

**Weshalb machen Sie Taekwondo und keine andere Kampfsportart?**

*Taekwondo ist für mich persönlich die vollkommenste Kampfsportart. Ich habe viel andere Kampfsportarten probiert, aber es war mir alles ein wenig zu einseitig, im Gegensatz zu Taekwondo, dort kann man so viel machen wie Selbstverteidigung, Formen die man lernen kann und man kann auch Kämpfen, Turnierkampf und Strassenkampf. Deshalb mache ich Taekwondo und keine andere Kampfsportart.*

**Was begeistert Sie am meisten an Taekwondo?**

*Immer noch der Kampf und die Freundschaft welche man untereinander hat. Diese ist bei uns sehr ausgeprägt und das finde ich sehr schön.*

**Haben Sie auch schon andere Kampfsportarten gemacht? Und wenn ja welche?**

*Ja, Kickboxen ein paar Jahre als ich ganz jung war. Thai Boxen habe ich einmal ausprobiert aber das hat mir überhaupt nicht zugesagt. Karate hatte ich auch mal getestet, ebenfalls Judo aber Taekwondo gefällt mir mit Abstand am besten.*

**Was finden Sie die schwierigste Technik im Taekwondo?**

*Ein ganz einfachen Fusstritt richtig auszuführen. Ich bin seit etwa 30 Jahren im Taekwondo und ich kann ihn manchmal immer noch nicht so wie ich in gerne hätte. Also behaupte ich, obwohl auch ein 8ter- Dan sagt das er perfekt ist. Für mich ist er immer noch nicht perfekt, und ich werde ihn auch noch üben bis ich 80 bin.*

**Hilft Ihnen Taekwondo auch im Alltag?**

*Ja es bringt mir die Ruhe die man einfach braucht um einen angenehmen Ausgleich zu haben.*

**Was wollen Sie noch erreichen? Welche Titel wollen Sie sich noch holen?**

*Den 9 und den 10 Weltmeistertitel in den nächsten 2 Jahren. Dann hätte ich einfach das ganze komplettiert, aber es ist nicht zwingend nötig. Doch falls ich Sie mir hole, möchte ich wachsen im Taekwondo und zwar gesamt schweizerisch gegen aussen.*

**Waren Sie schon mal in Korea dem Geburtsland von Taekwondo?**

*Ja war ich, knapp einen Monat und zwar 1989 aber was die wenigsten waren, in Nordkorea. Normalerweise kommt man dort gar nicht ins Land, da das Land sehr streng und hart ist. Dort habe ich meinen Schwarzgurt gemacht. Gefallen hat es mir aber nicht. Es war überhaupt nicht meine Welt. Das einzige was mir wirklich gefallen hat, waren die disziplinierten Trainings, die waren unvergleichlich und die gibt es nur dort.*