



# 2017/12 Sport

<https://shop.jungle.world/artikel/2017/12/rocky-gegen-kasparow>

**Das Schachboxen besticht durch ein innovatives Spielsystem und seine Community**

## Rocky gegen Kasparow

Von **Felix Henne**

**Beim Schachboxen werden nicht nur die Muskeln trainiert, sondern auch die Gehirnzellen. Die junge Sportart besticht neben ihrem innovativen Spielsystem vor allem durch ihre Community.**

Tätowierte, düster dreinblickende Männer, der Geruch von Schweiß und Testosteron eine aggressive und aufgeheizte Stimmung – das alles sind Stereotype des klassischen Boxens, aber auf das Schachboxen treffen sie sicherlich nicht zu. Beim Chessboxing Berlin e. V. trainieren in freundschaftlicher Atmosphäre junge Erwachsene, die vor allem eines wollen: sich der komplexen Herausforderung der Sportart zu stellen.

Neben dem Schachbrett stehen zwei Trainer, die wohl nur wegen ihrer Liebe zum Boxen mit dem alten Mickey, dem Trainer von Rocky Balboa, verglichen werden können. Einer davon ist der 42jährige Niederländer Iepe Rubingh, der das Schachboxen vor knapp 15 Jahren begründete. Der Vater des Rotterdammers war passionierter Schachspieler und gab sein Wissen früh an den Sohn weiter. Mit 25 Jahren trat Iepe in den Boxverein ein und bestritt viele Kämpfe im Mittelgewicht. Der Vater sammelte aber auch leidenschaftlich Comics. Und so geschah es, dass der Sohn eines Tages einen ganz besonderen Band in den Händen hielt: die Trilogie »Alexander Nikopol« des serbischen Comiczeichners und Regisseurs Enki Bilal. In der zwischen 1980 und 1992 veröffentlichten Trilogie zeichnet Bilal ein postapokalyptisches Bild der zwanziger und dreißiger Jahre des 21. Jahrhunderts. In der dritten Episode mit dem Titel »Äquatorkälte« tritt der Protagonist, Alexander Nikopol, in der sogenannten Äquatorstadt bei einer Weltmeisterschaft im Schachboxen an. Davon inspiriert sah der bärtige Niederländer die Chance, seine Leidenschaft für Schach mit der fürs Boxen zu verbinden. Enki Bilal verglich in seinen Comics die Synthese dieser zwei gegensätzlichen Sportarten mit dem Ideal des Menschen – als bestmöglicher Kombination aus geistigen und körperlichen Fähigkeiten. Es vergingen zwar noch ein paar Jahre, aber 2003 gründete Iepe den Chess Boxing Berlin e. V. und den Weltverband World Chess Boxing Organisation (WCBO). Derzeit besteht die WCBO aus Mitgliedsorganisationen in mehr als neun Ländern, Wettkämpfe werden in aller Welt ausgetragen.

Beim Schachboxen treten die Kontrahenten wie beim klassischen Boxen in verschiedenen Gewichtsklassen gegeneinander an. Insgesamt werden elf Runden à drei Minuten

absolviert. Dabei wechseln sich das Schach und das Boxen ständig ab. Maximal werden sechs Runden Schach und fünf Runden Boxen absolviert. Dabei führen Schachmatt, K.O. oder die Punktwertung der Jury zum Sieg. Bei der »Intellectual Fight Night«, die erstmals 2013 in Moskau ausgetragen wurde, treten die besten Schachboxer der Welt gegeneinander an und kämpfen in ihren Gewichtsklassen um den Weltmeistertitel. Der »Intellectual Fight Club« hingegen ist der kleine Bruder der »Fight Night« und feierte seine Premiere im Mai 2015. Hier treffen ausschließlich Amateure aufeinander, die lediglich eine Bedingung erfüllen müssen: eine intensive sechsmonatige Vorbereitung auf den Kampf. Das Schachboxen grenzt sich nicht nur durch seine innovative Idee vom klassischen Boxen ab, sondern auch durch seine Community. Die Athleten des Chess Boxing Berlin e. V. sind größtenteils im Alter von Mitte 20 bis Ende 30 und sehen im Schachboxen vor allem die Möglichkeit, sich neben dem körperlichen Training auch geistig zu betätigen.

Der 25jährige Hannes konnte bereits einen Schachboxkampf für sich entscheiden. Die Qualität des Trainings und das menschliche Miteinander veranlassten den Jurastudenten, das Schachboxen längerfristig zu betreiben. Über die Sportart sagt er: »Das Schachboxen wird oft von anderen Kampfsportlern, insbesondere den klassischen Boxern, belächelt und mit dem »White Collar Boxing« – einer exklusiven Boxsportvariante für Führungskräfte – gleichgesetzt. Doch das stimmt nicht, da viele von uns langjährige Boxerfahrungen besitzen. Die meisten wollen sich einfach der besonderen Herausforderung des Schachboxens stellen.« Er sagt weiter: »Die Wettkämpfe sind gegenüber dem klassischen Boxen deutlich taktischer, da zwei Sportarten ausgetragen werden. Wer auf dem Brett zurückliegt, muss im Ring alles geben, und wer zuvor einen erfolgreichen Haken gesetzt hat, kann beim Schach langsamer und konzentrierter spielen.«

Den Athleten des Chess Boxing Berlin e. V. werden ihre Kenntnisse von mehr als sechs Boxtrainern vermittelt, zum Beispiel von Trainern der Vereine Hertha BSC und Roter Stern Berlin 2012 e. V., oder von unabhängigen Coaches.

In der Vergangenheit trainierten Persönlichkeiten wie der ehemalige Jugendschachweltmeister, Arik Braun, die Athleten. Da sich die Suche nach neuen Schachtrainern als schwierig erweist, freut sich der Chess Boxing Berlin e. V. jederzeit über erfahrene Schachspieler, die ihre Kenntnisse weitergeben wollen. Einer, der Boxen unterrichtet, ist der 49jährige Dirk Kalinowski alias »Kalle«. Der Berufsschullehrer boxt selbst seit seinem 15. Lebensjahr und trainiert seit mehr als zehn Jahren sowohl klassische Boxer als auch Schachboxer. Auch er sieht das Schachboxen als das Aufeinandertreffen der Extreme von körperlichen und geistigen Fähigkeiten. Der Berliner trainiert nicht nur Männer. Er bietet auch einen Selbstverteidigungskurs für Frauen an und coacht begeisterte Anhängerinnen des Schachboxens. So auch die junge Projektmanagerin Adina, die neu dazu gestoßen ist. Die ehemalige Kunstturnerin sagt: »Beim Schachboxen spielen die Hormone eine große Rolle, da ein ständiges Wechselspiel zwischen Testosteron und Adrenalin besteht. Da Frauen im Gegensatz zu Männern deutlich weniger Testosteron produzieren, wirft das viele spannende Fragen auf, zum Beispiel darüber, wie Frauen das Schachboxen erleben.« Auch Iepe sagt zum Thema Hormone: »Schachboxer müssen lernen, mit der Wechselwirkung ihres Testosterons und Adrenalins umzugehen und sie zu kontrollieren. Im Wettkampf spitzt sich diese Wechselwirkung zu: Beim Boxen ist alles rot und gelb vor den Augen – der pure Adrenalinkick. Um danach in kurzer Zeit wieder konzentriert Schach spielen zu können, bedarf es vieler Übung.« Er sieht auch einen

Nutzen für das Leben jenseits von Ring und Brett: »Der geschulte Umgang mit unseren Hormonen hilft nicht nur beim Boxen, sondern auch in unserem Alltag. Wir leben in einer Leistungsgesellschaft und sind ständigem Stress ausgesetzt, was bedeutet, dass unser Adrenalin Spiegel ständig erhöht ist. Das Schachboxen kann uns helfen, mit diesen Bedingungen besser umzugehen.«

Nach Angaben von Iepe gibt es in Berlin nur zwei Sportarten, die einen geringeren Frauenanteil aufweisen als Fußball. Der aufmerksame Leser und die aufmerksame Leserin werden die Antwort bereits ahnen: genau, Schach und Boxen. Beide Sportarten gelten als Männerdomäne und haben einen Frauenanteil von weniger als fünf Prozent. In Indien ist das anders: Dort sind mehr als 30 Prozent der Schachboxer Frauen. Eine von ihnen ist 25jährige Mathematikstudentin Richa Sharma. Mit mehr als 20 Kämpfen und einer gewonnenen indischen Schachboxmeisterschaft gehört sie zu den Vorreiterinnen ihrer Sportart. Trainiert wird sie vom ehemaligen Schachweltmeister Viswanathan Anand. Ihr Ziel ist es, die erste Weltmeisterin im Schachboxen zu werden. Richa ist ein gutes Beispiel dafür, dass auch Frauen beim Schachboxen Fuß fassen können.

Auch Adina ermutigt andere Frauen zum Schachboxen: »Schachboxen ist besonders für Frauen interessant, da durch die vielen Drehungen und die ständige Deckung sehr spezielle Körperpartien beansprucht werden, die bei klassischen Sportarten eher vernachlässigt werden. Seit ich schachboxe, habe ich ein ganz neues Körpergefühl. Das Beste daran: Nicht nur der Körper bleibt fit, sondern auch der Geist.«

Insgesamt ist der Schachboxsport also eine äußerst komplexe Sportart, die nach Angaben der WCBO den Denksport Nummer eins mit dem Kampfsport Nummer eins verbindet. Um es mit den Worten von Iepe auszudrücken: »Schachboxen ist keine ›Hau-drauf-Sportart‹, sondern ist geprägt von gegenseitigem Respekt und lehrt die Athleten viele wichtige Kompetenzen. Letztlich ist Schachboxen eine Lebenseinstellung.«

*Anstehende Termine in Berlin:*

*7. April »Intellectual Fight Club 7«*

*2. Juni »Intellectual Fight Club 8«*

*14. Oktober »Intellectual Fight Night 3«*