



Power-Duo auf Erfolgswelle



Salgesch / Siders / Bärenstark – Serge Cina ist Bankdrücker und trainiert junge Athleten. Ein Augenschein im Kraftportstudio in Siders.

«Hallo». Der Händedruck von Serge Cina lässt erahnen, wie viel Power sich der 34-Jährige über die Jahre angeeignet hat. Der gebürtige Salgescher, der seit nunmehr acht Jahren in der Sonnenstadt wohnt, lebt für den Kraftsport und trainiert junge Athleten, die sich für das Bankdrücken, das zum Powerlifting zählt, begeistern.

Zwanzig Jahre Kraftsport

Vor drei Jahren hat sich Cina seinen Traum erfüllt und einen eigenen Kraftsport-Club eingerichtet. «Die Ambiance im Fitnessstudio war mir ganz einfach zu steril», begründet er den Schritt in die Eigenständigkeit. Dass er sich ausgerechnet in Siders niedergelassen hat, sei dann doch eher zufällig gewesen. «Einerseits war es die Nähe zu meinem damaligen Wohnort Salgesch und andererseits kommen viele meiner Kollegen aus Siders.» Cina betreibt seit knapp zwanzig Jahren Kraftsport und hat auch wettkampfmässig an verschiedenen Bankdrücker-Events teilgenommen. Heute ist Cina mehr im Hintergrund tätig und betreut den Nachwuchs. Überdies präsidiert er das Swiss Powerlifting-Committee, den grössten Schweizer Kraftsport-Verband.

Viele Nachwuchstalente

Cina zählt mittlerweile fünf Wettkampfathleten in seinen Reihen. «Ich bringe wertvolle Tipps und Inputs und helfe den Jungs, damit sie sich gegen die starke Konkurrenz behaupten können.» Stark ist auch der Auftritt von Cinas Schützling Julien Girandin, der in der Junioren-Klasse schon mehrere Europa- und Weltmeistertitel eingeheimst hat. Erst kürzlich hat er bei einem nationalen Wettkampf in Dietikon die Konkurrenz buchstäblich an die Wand gedrückt. «Julien drückte 65 Kilo mehr als der zweitbeste Junior», sagt sein Trainer stolz. 205 Kilogramm ist die Bestleistung des 22-jährigen Modellathleten. Zum Vergleich: Cina stemmt 200 Kilo in die Höhe. Auf die sportliche Zukunft seines Schützlings angesprochen, gibt sich Cina optimistisch: «Wenn Julien so weitermacht, wird er eines Tages ein ganz Grosser.»

Walter Bellwald