

Sein Weg zum Comeback

Charr: „Ich habe nur das Boxen“



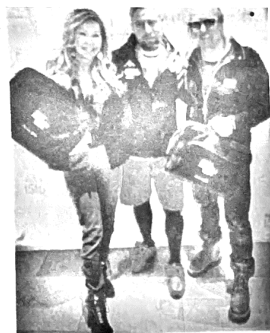
Kölner Trainer Baaden und Promi-Coach Pötschger helfen ihm zurück in den Ring



Formel-4-Teamchef Ralf Schumacher mit Jopo Pötschger

Fußball- bei Fitness-Coach: Mirko Slomka mit Pötschger

Sein letztes Training in Köln: Manuel Charr mit Rene Baaden in dessen Sportschule Foto: privat



„Robääärt! Training!“ Auch die Geissens schwitzten bei Jopo Pötschger. Fotos: jopowertrainings.com

VON ARNO SCHMITZ
arno.schmitz@express.de
Köln - Schafft er das Comeback? Manuel Charr (31) will nach einem Jahr voller Rückschläge zurück in den Ring. Sechs Monate nach der Not-OP in Folge der Bauchschüsse durch Youssef H. (zu fünf Jahren Haft verurteilt) will er nun im Höhentrainingslager im Zillertal neue Grundlagen erarbeiten (EXPRESS berichtete). „Ich habe nur das Boxen“, sagt Charr, der noch bis zum Wochenende in Köln bei Rene Baaden trainierte - und ab sofort einen echten Promi-Coach

an der Seite hat, der ihm auf dem Weg zurück helfen will: den österreichischen Personal-Trainer Jopo Pötschger. Der coachte schon Vitali und Wladimir Klitschko, die Fußballtrainer Jogi Löw und Trainer Mirko Slomka, Formel-1-Piloten wie Ralf Schumacher und Mark Webber, Ski-Asse, Triathleten und auch Promis wie die Geissens. Er hat Charrs Geschichte verfolgt und mit Sponsoren ein zweiwöchiges Paket im „Stock Ressort Zillertal“ geschnürt, wo der „Koloss von Köln“ nun einen großen Schritt zurück in Richtung Kampffitness machen soll.

„Manuel Charr hat einiges durchgemacht. Dennoch ist seine Leidenschaft zum Boxsport ungebrochen und er will weiter nach vorne“, sagt Pötschger, der Schwerpunkte im „Aufbautraining, Recovery, Braintal Fitness“ setzen will. Mit Hilfe einer 3D-Body-Analyse mit Muskulatur-Abgleich und einer Ernährungsanalyse will Pötschger Charr „analysieren und optimieren“. Zudem soll das von Charrs Kölner Coach Clive Salz geleitete Höhentraining den Schwergewichtler „konditionell auf Vordermann bringen“. „Ich glaube, dass Charr es

schaffen wird“, setzt Pötschger auf dessen ungebrochene Moral. Der „Diamond Boy“ will diesem Jahr wieder boxen.

FC eröffnet die Galopp-Saison

Köln - Auf nach Weidenpesch! Mit dem 5. FC-Renntag zugunsten der Stiftung 1. FC Köln feiert die Galopprennbahn am Ostermontag Saisoneroöffnung. Um 13.30 Uhr eröffnet Moderator Ulli Potofski die Veranstaltung, das erste Rennen startet um 14 Uhr. Sportlicher Höhe-

punkt ist der mit 25000 Euro dotierte „SolarWorld Grand Prix-Aufgalopp“ (7. Rennen). Den spaßigen Abschluss bildet das Charity-Race mit Maskottchen (u.a. Hennes und Sharky) auf Islandpferden. Zusätzliche Unterhaltung bieten das Kinderland, die Begrü-

ßung durch FC-Boss Werner Spinner, ein Auftritt der FC-Cheerleader sowie die Autogrammstunde und der Fototermin der FC-Profis. Wer wetten will, kann sich an den Tipps von FC-Torwart Timo Horn oder EXPRESS-Gewinnerin Stephanie Linden orientieren.



Rennvereins-Präsident Eckhard Sauren (li.) mit FC-Torwart Timo Horn Foto: privat