



20 Minuten Schweiz  
 9004 St. Gallen  
 071/ 226 88 20  
 www.20min.ch

Medienart: Print  
 Medientyp: Tages- und Wochenpresse  
 Auflage: 57'621  
 Erscheinungsweise: 5x wöchentlich

Themen-Nr.: 895.2  
 Abo-Nr.: 1075797  
 Seite: 6  
 Fläche: 20'114 mm<sup>2</sup>

# König des Hochseils will neuen Rekord

**SCHWARZENBACH. Freddy Nock will den Weltrekord im Dauersitzen aufstellen – ungesichert in 15 Metern Höhe.**

Der Extremsportler Freddy Nock hält neun Weltrekorde im Hochseillauf und der Akrobatik. Seinen nächsten Stunt wagt Nock in der Ostschweiz: Am Samstag will er bei der Eröffnung des Einrichtungshauses Svoboda in Schwarzenbach den Weltrekord im Dauersitzen auf einem Hochseil aufstellen.

Nock plant, in 15 Metern Höhe auf einem Stuhl auf dem Drahtseil von 11 Uhr bis Ladenschluss zu balancieren – ohne Sicherung oder Netz. «Es ist für mich etwas Neues, sieben Stunden auf einem Stuhl auszuharren», so der 49-Jährige. Bei seinen bisherigen Rekorden ging es oft um Geschwindigkeit oder das Zurücklegen einer Strecke. Angst hat Nock keine: «Ich bin top vorbereitet und habe viele Schutzengel.» Als Hilfsmittel hat Nock auf dem Seil einen 7 Meter langen, 15 Kilo schweren Balancierstab dabei. Derzeit

trainiert er täglich in seinem Garten in Uerkheim AG in zwei Metern Höhe. «Die Höhe des Seiles spielt keine Rolle, denn es kommt auf die richtige Balance und Körperspannung an.»

Wer will, kann Nock am Samstag besuchen: Oberhalb des Hochseils wird ein zweites Seil gespannt. Darauf können Zuschauer gesichert mit dem Extremsportler reden. Nocks Aktion dient auch einem guten Zweck: Er will damit für die Organisation Love Ride Geld sammeln und damit kranken Kindern helfen. **DÉSIRÉE ACHERMANN**



**Tägliches Training zuhause: Freddy Nock will in 15 Metern Höhe stundenlang auf einem Stuhl ausharren.**