

Warum ein Bauer nachts joggte



«Meine beste Maschine auf dem Betrieb ist der Whirlpool. Bei 40°C lässt es sich super relaxen», sagt Daniel Maag aus Oberglatt (ZH).

Inmitten des Flughafengebietes des Kantons Zürich zwischen Flugzeugen und Fahrradtouristen liegt die Ortschaft Oberglatt, die Heimat der Familie Maag. Daniel Maag zeigt im Gespräch, wie sehr er hinter dem steht, was er macht. Er strahlt eine tiefe innere Ruhe aus. Seine Frau Susanne sitzt neben ihm, und man merkt ihnen an: Die beiden ziehen an einem Strang. Ihr Betrieb ist vielseitig; alles

unter einen Hut zu bringen, bedarf einer guten Organisation.

Daniel Maag nimmt sich meist zweibis dreimal in der Woche eine Auszeit vom täglichen Arbeitsablauf. «Wenn du produktiv sein willst, dann musst du dich zwischendurch auch erholen», sagt er. Sein Ausgleich ist das Laufen: «Aktuell breite ich mich auf den Marathon vor, deshalb trainiere ich intensiver und gehe auch noch zum Schwim-

men.» Mehrmals die Woche zieht der Landwirt die Laufschuhe an. «Meist joggen wir zu dritt oder viert und schwatzen nebenher.» Es gab Zeiten, da lief der Landwirt nachts. «Für einen Teil meiner Berufskollegen war es schwer nachvollziehbar, wie ich noch so viel Zeit neben dem Hof für meinen Sport investieren kann. Für mich ist das unheimlich wichtig, damit ich mich wiederum komplett auf den Betrieb konzentrieren kann.

Beim Joggen kann ich meinen Gedanken freien Lauf lassen und bekomme den Kopf frei. Das gibt mir Kraft für meine Familie und den Betrieb.» Sein grosses Ziel ist, den Zürich-Marathon in diesem Jahr gut zu bestehen. «Den Halbmarathon lief ich schon. Nun wage ich mich an die gesamte Strecke.» Außerdem verrät Daniel Maag, was seine beste Maschine auf dem Hof ist: «Wir haben einen Whirlpool, den ich nicht missen möchte.» Bei kalten Außentemperaturen im 40°C warmen Wasser zu relaxen wirke Wunder. «Einmal rein – geniessen – raus, und ich bin fit.» *kim*

Zur Person

Daniel Maag, 43, Oberglatt (ZH)
LN: 31 ha
Betriebszweige: 40 Milchkühe, Ackerbau, Gemüse, Direktvermarktung, Veranstaltungen auf dem Hof, Biobetrieb

«Im Kopf immer einen Schritt voraus»

Ich fand, ich hätte es mir verdient», erklärt Sofie Hengartner (57) aus Hauenstein-Ifenthal (SO). Als die Kinder, acht an der Zahl, klein waren, die Betriebsarbeit zur Mithilfe aufrief und die eigene Töpferwerkstatt boomte, war nicht daran zu denken, auch nur in einem Verein mitzumachen. Die Kinder wurden selbstständig und flügge.

Vor vier Jahren entschloss sich die Bäuerin, wieder zu tanzen. In jungen Jahren waren sie und ihr Mann Martin passionierte Discofox-Tänzer. «Mein Mann wollte sich aber fürs Tanzen keine Zeit mehr nehmen. Ich suchte eine Möglichkeit, auch ohne Partner zu tanzen.» So entdeckte sie «Line Dance». Das ist Gruppentanz, den man in Reihen vor- und nebenei-

nander zu Countrymusik tanzt. «Wir haben aber auch schon zu ‚Alperose‘ von Polo Hofer getanzt», erzählt sie. Manchmal werde sie wegen ihrem Musikgeschmack belächelt. Countrymusik gefalle ihr halt. Im Übrigen bekomme sie auch Gänsehaut, wenn sie Schwyzerörgeli höre.

«Im Alltag spielt sich vieles ein. Der Kopf ist zu wenig gefordert», führt sie aus. Beim Line Dance seien Kopf- und Beinarbeit gefragt. «Im Kopf muss man immer mindestens einen Schritt voraus sein.» Je mehr man die

Line Dance macht Spass. Sofie Hengartner (3. v. l.) übt mit ihren Kolleginnen im Eventlokal «Kuhstall» in Brittnau.

