

Name: Hansueli Bicker	
Beruf	Kaufmann
Hobby, Sport	Familie, Hund, Velofahren
Größe	170cm
Gewicht	-83kg

Bestleistungen	
Kniebeugen	207.5 (232.5 in Wraps)
Bankdrücken	127.5
Kreuzheben	215

Sportlicher Lebenslauf
<p>Als Kind 9 Jahre Judo gemacht (brauner Gürtel) Dann MTB-Rennen gefahren und seit über 20 Jahren im Gym anzutreffen. Powerlifting habe ich mehr aus Zufall nach meinem 2. Bandscheibenvorfall angefangen, weil ich möglichst viel für meinen Rücken machen wollte, aber kaum Zeit gefunden habe. Habe dann auch nur einmal pro Woche trainiert und seither kaum noch Probleme mit dem Rücken gehabt...</p>

Beschreibe dein schönstes sportliche Erlebnis:
<p>Die 3. Beuge am vergangenen LP war wohl der geilste Lift bisher! Keine 500g Luft nach oben, Bombenstimmung und viele bekannte Gesichter in den Zuschauerrängen, ein unvergleichliches Gefühl!</p>

Was macht den Länderpokal aus? Welche besonderen Erlebnisse verbindest du mit dem Länderpokal?
<p>Super Stimmung, super Leute, top organisierter Wettkampf und dann die Afterparty wo man nochmal Zeit hat über den Wettkampf und das Training zu plaudern, Leute kennenlernt und Erfahrungen austauscht... nicht zu vergessen, das feine Essen ;-)</p>

Was erwartest du vom Länderpokal 2020?
<p>Da es 2020 einer der ersten Wettkämpfe ist (wohl der erste nach Corona) denke ich, dass viele Athleten sehr heiss und motiviert sind. Die Spannung und die Stimmung werden davon profitieren! Ich persönlich möchte natürlich 4 persönliche Rekorde erzielen und die Leistungen vom Vorjahr pulverisieren.</p>

Wordrap (Was fällt dir spontan zu folgenden Begriffen ein)

Equipped Powerlifting: geiler masochistischer Scheiss! Gerne mehr!

Raw Powerlifting: die einfachste Art zu trainieren und gut vergleichbar weil das Equipment kaum eine Rolle spielt.

Hook Grip: fühlt sich gut an, je nachdem, wie das Setup aussieht aber für mich ungeeignet.

Sumo Deadlift: Technisch anspruchsvoller, bin aber etwas stärker

Grinder des Tages: den möchte ich mit meiner 3. Beuge holen!

Länderpokal Afterparty: Gutes Essen, coole Leute, einfach ein super Abschluss!

IPF GL Points: Punkte sind mir eigentlich egal, für mich müsste das Alter mit eingerechnet werden, dass ich Chancen auf gute Platzierungen hätte ;-)

Vielen Dank für das Interview. Wir sehen uns am 8.8 in Kennelbach