

Dabei sein ist alles!?



Olympische Spiele 2024

Dabei sein ist alles!?

Nur noch wenige Wochen, dann ist es endlich soweit: Vom 26. Juli bis zum 11. August werden über 11.000 Sportlerinnen und Sportler aus 206 Nationen bei den Olympischen Spielen in Paris um Medaillen, Platzierungen und Bestleistungen kämpfen. Sie werden das besondere Flair im Olympischen Dorf genießen, Freundschaften knüpfen, sich miteinander messen, sich gegenseitig unterstützen und eine einzigartige Zeit in der französischen Hauptstadt erleben. Sie werden dabei sein.

«Dabei sein ist alles» heißt es gemeinhin, wenn es um die Olympischen Spiele geht. Ein solch großes sportliches Ereignis, das alle vier Jahre stattfindet, bei dem sich beinahe alle Nationen zum friedlichen Wettstreit treffen, wie es in der Historie heißt. Die Spiele in Paris werden nach den «Corona»-Spiele 2021 in Tokio erstmals wieder ohne jegliche Einschränkungen stattfinden. Endlich werden die Wettkämpfe wieder vor vollen Zuschauererrängen ausgetragen, endlich bekommen die Olympiastarter*innen wieder ihre verdiente Bühne und Aufmerksamkeit, den Applaus und die Anfeuerungen – kurz gesagt: die Atmosphäre, die Olympische Spiele zu einem herausragenden Erlebnis werden lassen. Denn hier stehen alle im Mittelpunkt. Sogenannte große und kleine Sportarten, traditionelle Sportarten, Trendsportarten und vor allem diejenigen, die in der Regel eher im Verborgenen stattfinden. Bei Olympia bekommen sie öffentliche Aufmerksamkeit. Hier kann endlich wieder Begegnung stattfinden. Ein Grund, warum Olympische Spiele für viele Athlet*innen und Verbände eine besonders große Bedeutung haben.

Alle vier Jahre wiederholen sich aber auch die Diskussionen um die Olympischen Spiele. Dabei haben vor allem innerhalb der vergangenen rund 20 Jahre Themen wie Wirtschaftlichkeit, Menschenwürde und Nachhaltigkeit zunehmend an Bedeutung gewonnen. In Peking 2008 wurden Menschen enteignet, um auf ihrem Grund und Boden das Olympische Dorf zu errichten. In Rio fand eine ähnliche Verdrängung für den Bau von Stadien statt. Die Winterspiele 2022 brachten Ausbeutung der Arbeiter, die an der Errichtung der Sportstätten beteiligt waren, zum Vorschein. Ohnehin war die Vergabe dieser Winterspiele 2022 in die chinesischen Hauptstadt aufgrund geografisch bedingten Schneemangels eher fragwürdig. Immer wieder entsteht auch eine Grundsatzdebatte um die Nachhaltigkeit von Olympischen Spielen. Zunehmend wird das Augenmerk deshalb auf eine mögliche Nachnutzung von Stadien, Gebäuden und Wohnungen gelegt. All das wirft unterschiedliche Fragen auf:

- Warum ist dabei sein alles?
- Wie haben sich Olympische Spiele seit ihrer Neugründung 1896 verändert?
- Inwiefern leben die Menschen – in Deutschland und der Welt – den Olympischen Gedanken?
- Wie empfinden die Sportler*innen Olympische Spiele?
- Wie gehen sie mit ihrem Heldenstatus um, wenn sie Medaillen gewinnen?
- Wie erleben sie ein Scheitern?

In dieser Ausgabe der TURNWELT stellen wir unterschiedlichen Menschen diese und andere Fragen. Aktive Spitzensportler*innen, frühere Olympia-Teilnehmer*innen und -Medaillengewinner*innen, Nachwuchssportler*innen, erfolgreiche Athlet*innen und solche, deren Traum geplatzt ist. Die Antworten sind so vielfältig, wie die persönlichen Geschichten. Was sie alle vereint, ist die Leidenschaft, mit der sie ihren Sport ausüben, die Zuversicht und Motivation, mit der sie Höhen und Tiefen überstehen und überstanden haben, und die Hoffnung, bei Olympischen Spielen den besten Wettkampf ihres Lebens zu bestreiten. Unterm Strich bleibt dennoch die Frage: Ist dabei sein wirklich alles?

 Heike Werner



„Modern, sehr modern werden diese restaurierten Olympischen Spiele sein. Es steht hier nicht zur Debatte, alte Gewänder und Gewohnheiten wiederaufleben zu lassen; [...] Es wird keine DreifüÙe geben und kein [heiliges] Feuer. Diese Dinge sind tot, und tote Dinge sollten nicht wiederbelebt werden. Nur die Idee kann wiederbelebt werden und sie muss den Notwendigkeiten und dem Geschmack unserer Zeit angepasst werden.“

Zitat von Pierre de Coubertin: „The Re-Establishment of the Olympic Games“, in: The Chautauquan. A Monthly Magazine, September 1894, 696ff.; Übersetzung: Christian Wacker

Ulrike Breitbach

Mit Wertschätzung zu gesunder Leistungsfähigkeit

*Ulrike Breitbach ist Mentaltrainerin für Leistungssportler*innen. Sie berät und unterstützt Spitzenathletinnen und -athleten, die auf dem Weg zu Meisterschaften und Olympischen Spielen zahlreiche Herausforderungen zu bewältigen haben. Mit der TURNWELT hat die frühere Leichtathletin über die Bedeutung des Leistungs- und Spitzensports für die Gesellschaft, den Wert der Olympischen Spiele für Aktive aber auch über Heroisierung, Wertschätzung und psychische Gesundheit von Spitzensportler*innen gesprochen.*



Frau Breitbach, was ist Leistungssport aus Ihrer Sicht?

Ich habe das Gefühl, das ist eine unheimlich individuelle Frage. Grundsätzlich sehe ich im Sport drei Kategorien. Im Breitensport treiben die Menschen wegen der Bewegung, der Geselligkeit und der Gesundheit Sport. Leistungssport ist für mich, wenn ich einen Großteil meiner Energie darauf verwende, mich in einer Sportart zu entwickeln, Ziele habe und kontinuierlich daran arbeite, besser zu werden. Im Spitzensport kommt noch der Fokus und die Wahrnehmung von außen hinzu. Da wird bewertet, was die Sportlerinnen und Sportler leisten.

Welche Rolle spielt das Gewinnen im Leistungs- und Spitzensport?

In unserer Arbeit mit Athletinnen und Athleten nehmen wir ganz unterschiedliche Ziele wahr. Bei einigen geht es um Titel, Rekorde und ob sie Teil einer bestimmten Mannschaft sind. Bei anderen steht im Mittelpunkt, herauszufinden, wie weit die sportliche Entwicklung gehen kann. Tatsächlich geht es Leistungssportlerinnen und Leistungssportlern nicht immer ums Gewinnen. Jede und jeder hat da eine eigene Agenda. Manche gehen vor allem darin auf, wenn sie ganz oben auf dem Treppchen stehen. Andere spüren sich am stärksten, wenn sie merken, dass sie zum Beispiel plötzlich ein Element turnen können, von dem sie dachten, das ist gar nicht möglich. Oder wenn sie die Schönheit dieser sehr ästhetischen Sportart Turnen erleben. Manche sind befriedigt, wenn sie, wie Pauline Schäfer-Betz, ein eigenes Element entwickelt haben, das ihren Namen trägt. So hat jede einen anderen Antrieb, warum sie täglich in die Halle geht und so viel Energie in ihren Sport investiert.

Welchen Stellenwert und welche Bedeutung hat der Sport für die Gesellschaft?

Sport ist grundsätzlich wichtig für die Gesellschaft, nur die Wahrnehmung ist sehr unterschiedlich. Zum einen stellt sich die Frage, wie wir uns im Alltag bewegen wollen, wie sollen sich unsere Kinder bewegen, welchen Stellenwert hat Sport in der Schule? Es werden zum Beispiel überall Sportlehrerinnen und Sportlehrer gesucht, in der Schule findet wenig Sport statt – oftmals, weil Sport- und Schwimmhallen fehlen. Vor allem fanden während der Corona-Zeit Sport, Kunst und Musik nicht statt, sondern nur die sogenannten Kernfächer. Daran merkt man, dass der Stellenwert von Sport im Alltag relativ gering ist. Dennoch wollen viele Eltern, dass ihre Kinder Sport im Verein treiben.

Welchen Stellenwert hat im Vergleich dazu der Spitzensport?

Aktuell wird über die Bedeutung des Spitzensports viel diskutiert. Mit einem nostalgischen Blick wird vor allem darauf geschaut, was er mal war. Es wird oft formuliert, dass «wir» früher erfolgreicher waren. Das stimmt so nicht. Weil Sport so vielseitig ist, gibt es auch immer multikausale Gründe, warum der Spitzensport in Deutschland gerade da steht, wo er steht. Die große Diskrepanz in Deutschland besteht darin, dass viele es toll finden, wenn ihre Kinder Sport treiben, weil sie sich dadurch sowohl körperlich als auch in ihrer Persönlichkeit entwickeln. Leistungs- oder Spitzensport braucht aber viel mehr: eine ganz große Aufmerksamkeit und viel Energie. Und natürlich eine große Anerkennung. In vielen Ländern ist es ein Beruf und wird als solcher zu 100 Prozent anerkannt. In Italien, der Türkei oder Russland wird kein Spitzensportler gefragt: «Was

machst Du denn noch so? Willst Du nicht was Richtiges machen?» In Deutschland wird höchstens mal eine Handball-WM im Fernsehen gezeigt, aber wie ist es mit Rudern? Zu Höhepunkten wie Olympischen Spielen wird erwartet, dass die Athleten und Athletinnen professionell auftreten, es wird aber nicht gesehen, dass die Meisten nicht unter professionellen Bedingungen dafür trainieren und schon gar nicht davon leben können.

Warum nehmen Athlet*innen diese Bedingungen, den Verzicht und die Mühen dennoch in Kauf?

Wenn ich für mich spreche: weil ich den Sport geliebt habe. Ich habe manchmal die Umstände oder die Menschen, die etwas zu sagen hatten, nicht geliebt, aber den Sport habe ich nie in Frage gestellt. Das erlebe ich auch in meiner Arbeit mit den Sportlerinnen und Sportlern so. Die meisten, die sich für den Leistungssport entscheiden, tun das, weil sie sich im Sport spüren. Sie empfinden aber auch eine große Zugehörigkeit, treffen Menschen, die so ticken, wie sie selbst. Das ist für Viele schwer nachvollziehbar, weil sie sich höchstens an das eigene Leiden im Sportunterricht erinnern und nicht an die Freude an der Bewegung.

Was kann die Gemeinschaft aus aktiven und ehemaligen Sportlern, Funktionären und Verbänden tun, um dem Spitzensport mit allem was dazugehört wieder einen stärkeren Platz in der Gesellschaft zu geben?

Ganz viel. Der Sport spiegelt so viele gesellschaftliche Werte wieder, da ist es entscheidend, sich zu fragen: Welche Werte hat der Spitzensport, und lebe ich diese Werte? Wer sind die Menschen und Persönlichkeiten, die hinter den Sportlern stehen? Das sind nicht nur Wesen, die eine Medaille bekommen. Ich glaube, es würde wahnsinnig helfen, wenn man aufhört, Medaillenspiegel überhaupt ins Spiel zu bringen. Einfach ohne Vorgaben die Wettkämpfe anschauen, die Menschen sehen und ihnen zuhören. So könnten wir uns dem Sport einfach hingeben und dem, was er mit uns und den Spitzensportlern macht. Der Sport hat solch eine Kraft und birgt so viel in sich – das springt auf so viele Menschen über. Wir sollten diesen Druck von den Athleten nehmen, damit sie wieder in der

Lage sind, aus sich selbst heraus Motivation, Durchhaltewillen und Zielstrebigkeit zu entwickeln und sich in ihrem Sport zu spüren.

Wie kann das gelingen?

Wir müssen davon weg, dem Leistungssport von außen vorzugeben, was er zu sein hat. Mein Hinweis an Sportler ist: Hörst da nicht hin! Nur so kann Sport seine gesellschaftliche Aufgabe erfüllen, Menschen in Bewegung zu bringen, sie Emotionen erleben zu lassen und es auch zu einer Meisterschaft bringen zu wollen, sich selbst zu fordern und Grenzen zu überwinden. Und das, weil sie selbst es wollen, weil sie sich entwickeln wollen und nicht, weil sie eine von außen erteilte Vorgabe erfüllen müssen.

Welchen Wert haben Olympische Spiele für die Gesellschaft?

Der olympische Gedanke «Dabei sein ist alles» ist aktuell so weit weg. Das ist so schade! Alle Menschen, die zu Olympia fahren, die haben echt viel investiert. Allein dieses Zusammenkommen zu erleben, ist für alle etwas so Besonderes und es ist eben das, was sie dorthintreibt. Die Leute fragen immer zuerst nach dem Medaillenspiegel, haben sich aber mit dem Sport an sich nicht auseinandergesetzt, sich keinen Wettkampf angeschaut. Sie reduzieren die Spiele auf den Medaillenspiegel, um im Vergleich mit anderen Ländern nur noch ihren eigenen Stolz zu befriedigen. Stattdessen sollten sie sich einfach nur inspirieren lassen. Im Grunde sind Olympische Spiele auch nur ein Wettkampf, der alle vier Jahre einen besonderen Namen, dadurch einen riesigen Stellenwert und einen anderen Rahmen bekommt. In diesem Kontext werden olympische Sportler so stark heroisiert, dass nur die Medaille zählt. Wenn jemand fünfmal Weltmeister ist und nicht Olympiasieger, dann wird gesagt, «das fehlt ihm noch». Aber im Grunde fehlt einem fünfmaligen Weltmeister rein sportlich gar nichts.

Warum werden Menschen vor allem im Sport zu Helden gemacht? Woher kommt dieses Denken?

Es ist immer einfacher, die Leistungserwartung jemand anderem aufzubürden als sich selbst. Vor allem im Sport bietet sich das an und zeigt sich vor allem in der Bedeutung



des Medaillenspiegels, aus dem eine Heroisierung derjenigen hervorgeht, die auf den Plätzen eins, zwei oder drei landen. Dadurch werden die Nationen miteinander verglichen. Das ist in der NS-Zeit entstanden. Die NSDAP wollte das im Jahr 1936 schon einführen, das IOC hat das damals aber verboten, weil sie gesagt haben: «Wir wollen nicht, dass Länder gegeneinander antreten, sondern Athleten.» Die NSDAP hat sich aber später darüber hinweggesetzt. Deshalb gibt es überhaupt Medaillenspiegel. Das ist also aus einem falschen Ansatz, Stolz zu fühlen, entstanden, der toxisch ist. Stolz ist schließlich ein Gefühl, das ich aus mir selbst heraus entwickle, weil ich persönlich etwas geleistet habe. Jemanden zu heroisieren heißt, meinen Stolz an jemand anderen zu hängen. Menschen sind dann enttäuscht, wenn eine Athletin, ein Athlet sich nicht mit einer Verletzung ins Ziel kämpft, sich also quasi verweigert.

Was sind die größten Herausforderungen für die Sportler, um mit dem Mythos Olympia gelassener umzugehen?

Alles so zu machen, wie bisher und wie es gut für den Athleten und die Athletin ist. Es wird Sportlern soviel zugeschrieben: Sie können mit Stress umgehen. Sie können mit Niederlagen umgehen. Das alles kann durch den Leistungssport entstehen, es ist aber nicht automatisch so. Das kann es nur, wenn jemand ein sehr gesundes Naturell hat, Dinge reflektiert und für sich selbst gesunde Strategien findet.

In diesem Zusammenhang wird häufig von mündigen Sportlerinnen und Sportlern gesprochen. Was genau bedeutet das?

Der Begriff des mündigen Sportlers, der mündigen Sportlerin wird sehr inflationär verwendet. Wenn man ihn wörtlich nimmt, ist das etwas ganz Großes. Aber wenn man genau hinschaut, ist es oft genau das, was nicht gewünscht zu sein scheint. Es wird in erster Linie Leistung erwartet, aber es wird zu selten gefragt: «Wie geht es Dir damit? Was möchtest Du erreichen? Was bedeutet Dir Erfolg?» Und wenn jemand eigenständig denkt, sich kritisch äußert oder sogar rebellisch ist, dann findet sich garantiert ein Grund, diese Sportlerin oder diesen Sportler auszuschließen. Und zugleich wird moniert, dass in vielen Sportarten die Talente fehlen. Das finde ich extrem unfair.

Sie haben die Heroisierung der Athlet*innen angesprochen. Was empfehlen Sie Sportler*innen, die zu Olympischen Spielen fahren, wie sie sich auf den medialen Run auf ihre Person vorbereiten sollten?

Ich würde auf jeden Fall empfehlen, sich intensiv mit den Fragen auseinanderzusetzen: «Wie geht es mir damit? Was bedeuten mir die Olympischen Spiele? Kommt meine Teilnahme überraschend, ist sie lange geplant? Ist es mein Traum, oder der Traum von jemand anderem? Was möchte ich gerne bei Olympia mitnehmen?» Vor allem ist aber wichtig, sich darüber klarzuwerden, was sie selbst brauchen, um ihren Sport so ausüben zu können, wie sie ihn am besten können. Wenn möglich sollten sich Athletinnen und Athleten Unterstützung holen. «Welche Person ist für mich da, egal, wie ich performe, der es einfach nur wichtig ist, dass es mir gut geht? Wen kann ich dann anrufen, der sich einfach mit mir freut, der da ist, wenn ich überfordert oder einfach traurig bin. Der einfach für MICH da ist?»

Wie können Trainer*innen und das persönliche Umfeld dabei unterstützen?

Die Heimtrainerinnen und Heimtrainer können vor allem sagen «ich bin für Dich da». Sie können zeigen, dass es ihnen wichtig ist, dass es der Athletin oder dem Athleten mit den Herausforderungen, die ein solches Event mit sich bringt, gut geht. Und mit denen sie besonders, wenn es nicht erfolgreich war, darüber sprechen können.

Der NTB befasst sich mit seiner Initiative «Gold im Herzen» mit Werten und Wertevermittlung im Sport. Wie schätzen Sie diese Initiative ein?

Es ist ein wichtiger erster Schritt, um dem Thema Werte im Sport eine Plattform zu geben. Der NTB beweist hier viel Mut, sich mit Herausforderungen im Turnen zu befassen und diesen eine so breite Aufmerksamkeit zu widmen. Ich beobachte das mit einem großen Wohlwollen, dass sich Menschen bemühen, das Thema Wertschätzung in den Alltag zu integrieren, sich bewusst mit ihren eigenen Werten auseinanderzusetzen. Vor diesem Hintergrund hören sie den Athletinnen und Athleten zu und fragen sich, was getan werden muss, damit sich jede und jeder Einzelne wertgeschätzt fühlt. Die Entwicklung dahin, die Begriffe um das Thema Werte mit Inhalten zu füllen, ist extrem wichtig. Und zu erkennen, dass jede und jeder unterschiedliche Werte hat, und einen Weg zu finden, gemeinsame Werte miteinander zu entwickeln und zu leben. Gesundheit ist die Basis von Leistung. Wertschätzung ist ein großer Teil einer mentalen psychischen Gesundheit. Und wenn wir mit Wertschätzung für Gesundheit sorgen, wird sich daraus Leistung entwickeln.

Frau Breitbach, herzlichen Dank für das Gespräch!

 Das Gespräch führte Heike Werner.

 privat

Ulrike Breitbach

Liebblingsverein: TSG Usingen

Vereinsfarben: Blau/Schwarz

Lieblingstrainer:

Hans Fuhrmann und Richard Fratz

Was war prägend?

Hans hat mich vor jedem Training gefragt „wie geht es Dir?“ Und mir dabei wirklich in die Augen geschaut. Und er hat mir genau zugehört, wenn ich geantwortet habe. Und wenn es mir einmal nicht gut ging, dann hat er das verstanden und ist darauf eingegangen. Dann hat er sogar das Training angepasst und sich sehr eng mit mir abgestimmt. Das war vor über 20 Jahren. Und das war damals wirklich eine Besonderheit.



28. MAI
01. JUNI
2025

WERDET TEIL DER TURNFESTFAMILIE

JETZT ANMELDEN!



www.TURNFEST.de

TURNFEST
GEHT
IMMER!

Gefördert durch:



DAS TURNFEST || 2025
LEIPZIG

www.TURNFEST.de



Sind wir olympisch?

Mit «Gold im Herzen» zur olympischen Gesellschaft

Sind wir olympisch? Diese Frage klingt einfach, sie zu beantworten ist es nicht. Gehen wir zunächst einen Schritt zurück und fragen: «Was bedeutet olympisch?» Klar, so ziemlich alles, was mit den Olympischen Spielen zu tun hat – ein alle vier Jahre stattfindendes sportliches Großereignis, zu dem sich Sportlerinnen und Sportler aus der ganzen Welt an einem Ort treffen, um im sportlichen Wettstreit gegeneinander anzutreten. Es gibt die olympische Fackel, das olympische Dorf, den olympischen Eid. Aber eigentlich bedeutet der Begriff «olympisch» viel mehr als das. Man könnte ihn als Philosophie bezeichnen, als innere Einstellung von Menschen, die ihr Leben auf eine Teilnahme bei den Olympischen Spielen ausgerichtet haben. Und mit ihnen ein Netzwerk aus Verbänden, Politik und der Gesellschaft, die ihnen die bestmöglichen Bedingungen für das Erreichen des großen Ziels Olympia bereiten. Die sie materiell und moralisch unterstützen, ihnen Anerkennung für ihre sportlichen Leistungen zollen und diese auf jede erdenkliche Art zu fördern versuchen. Der NTB hat mit «Gold im Herzen» ein Projekt geschaffen, dass der Frage «Sind wir olympisch?» eine ganz neue Bedeutung verleiht.

**GOLD IM
HERZEN!**

Unsere Werte sind unser Erfolg -
sportlich und menschlich.



Was sind Deine persönlichen Werte?

Unser kleines «Wertetool» soll Dir helfen, Dich bewusst Deiner persönlichen „Wertelandskarte“ zu nähern. Dabei nutzen wir eine Methodik, die häufiger in Team- und Persönlichkeitscoachings genutzt wird. Diese hat keinen streng wissenschaftlichen Anspruch, sondern soll helfen, einen guten Einstieg in die Themenwelt „Meine (Deine) Werte“ zu finden.



Eine Medaille zu gewinnen ist das Ziel einer jeden Spitzensportlerin und eines jeden Sportlersportlers!? Das ist vielleicht das, was viele Menschen glauben. Wenn Athlet*innen – wie beispielsweise Andreas Toba und Lukas Dauser im Titelthema dieser Ausgabe (ab Seite 12) danach gefragt werden, lautet die Antwort hingegen in der Regel ganz anders. Sie sagen vielmehr:

- **Ich will mein Bestes geben.**
- **Ich will jeden Tag ein besserer Athlet werden.**
- **Ich will endlich das neue Turnelement beherrschen.**
- **Ich will mit meiner Leistung eine bestmögliche Platzierung belegen.**
- **Ich will mich für die Olympischen Spiele qualifizieren.**
- **Ich will dort den besten Wettkampf meines Lebens machen.**

und sich so körperlich und psychisch gesund entwickeln können. Frei nach dem olympischen Gedanken «Dabei sein ist alles» können sie durch das «Dabei sein» ihre persönlichen Stärken entwickeln. «Gold im Herzen» trägt so dazu bei, dass Athlet*innen, Trainer*innen und die Gesellschaft olympisch im Sinne dieses olympischen Gedanken sein können. Nicht, indem Medaillen gezählt werden, sondern indem gefragt wird: «Hast Du Deine persönlichen Möglichkeiten ausgeschöpft und Dich dabei gut gefühlt?» So kann «Gold im Herzen» dazu beitragen, dass die Strukturen, in denen Spitzensport in Deutschland betrieben wird, durch die Vermittlung von wichtigen gesellschaftlichen Werten zu einer olympisch bewegten Gesellschaft führt.

 Heike Werner
 www.goldimherzen.de
 [minkusimages](#)

NTB fördert Vermittlung olympischer Werte

Diese Aussagen stehen ganz im Zentrum des NTB-Projekts «Gold im Herzen». Es stellt nicht den Medaillengewinn an oberste Stelle, sondern es schafft die geeigneten Voraussetzungen, damit ein Medaillengewinn überhaupt gelingen kann. «Gold im Herzen» steht sinnbildlich für eine stabile Wertelandschaft, die geprägt ist von Professionalität, Miteinander, Menschlichkeit, Respekt und Empathie, um nur einige wenige zu nennen. Diese und andere Werte schaffen die Basis für Vertrauen und Unterstützung auf dem Weg zu sportlichem Erfolg. Die Trainerinnen und Trainer im NTB vermitteln nicht nur Methoden, Wissen und Fähigkeiten, sie prägen mit ihren individuellen Werten die Beziehung zu ihren Schützlingen, geben ihnen Halt und schaffen für die Athlet*innen so eine Möglichkeit, ihre eigenen Werte zu ermitteln, ihren Kompass, der sie durch ihre sportliche Karriere und nicht weniger durch ihr späteres Leben führen wird. Sie schaffen damit Strukturen, in denen sich vor allem junge und heranwachsende Sportler*innen sicher fühlen, Erfahrungen sammeln und Fehler machen dürfen



Interview

Andreas Toba:

«Im Turnen hebt niemand wirklich ab»

Zum vierten Mal hat unser Spitzengerätturner Andreas Toba (TK Hannover) die Chance, sich für Olympische Spiele zu qualifizieren. Er gehört damit zu den erfahrensten Turnern Deutschlands. Mit der TURNWELT hat der 33-Jährige über seinen persönlichen Olympischen Gedanken, seine sportlichen Erwartungen an sich selbst und die mediale und öffentliche Anerkennung von Olympiasiegern gesprochen.



Andreas, was bedeuten Dir die Olympischen Spiele, und was ist Dein persönlicher Antrieb, um dabei sein zu dürfen?

Es ist wahrscheinlich so, wie mit allem, was im Leben nur selten passiert – das ist etwas Besonderes. Vor allem dadurch, dass die Olympischen Spiele nur alle vier Jahre stattfinden und das aktive Wettkampf-Leben eines Spitzensportlers auf wenige Jahre begrenzt ist. Die Motivation besteht darin, in einem sehr kurzen Zeitraum alle vier Jahre so fit zu sein, um sich zu qualifizieren und dann das eigene Land zu repräsentieren. Dass alle Sportarten an einem Ort zusammenkommen, der Olympische Gedanke und dieses olympische Flair sind so einzigartig, dass jede Sportlerin und jeder Sportler dort hin möchte.

Was ist Dein persönlicher Olympischer Gedanke?

Dadurch, dass ich jetzt schon dreimal dabei war, ist das «Dabei sein» auf jeden Fall alles. Aber das, was ich mir immer am meisten gewünscht habe, ist, dass ich es schaffe, zu den Olympischen Spielen den besten Wettkampf zu turnen. Über meine Teilnahmen in London, Rio und Tokio ist meine Leistung immer stabiler geworden. Ich hoffe, dass ich es mit diesen Voraussetzungen schaffe, mich in Paris noch einmal zu steigern, zufrieden mit dem Wettkampf zu sein und sagen zu können: Das ist genau das, was ich mir vorgestellt habe.

Das Turnen hat von Kindesbeinen an Dein Leben geprägt. Du hast Höhen und Tiefen erlebt. Welche Erwartungen hast Du tagtäglich an Dich selbst?

Auch, wenn man es von außen nicht unbedingt so deutlich sieht: Als Turner entwickelt man sich immer weiter. Die Übungen scheinen sich zwar an vielen Geräten sehr zu ähneln, aber es gibt trotzdem eine Entwicklung. Mit dieser Entwicklung mitzugehen und aus den Übungen und sich selbst noch mehr herauszuholen, ist nicht einfach. Genau das ist aber der Grund, warum meine Motivation immer wieder so groß ist – weil ich immer wieder neue Herausforderungen habe, die ich bewältigen möchte. Das ist auch der Grund, warum ich aus den vielen Verletzungen jedes Mal besser und fitter herausgekommen bin, als ich es vorher war. Es wäre natürlich schöner, wenn ich hätte kontinuierlich trainieren können, aber das war offenbar einfach nicht mein Weg. Deshalb bin ich froh und dankbar, dass ich immer wieder das Beste daraus machen konnte.



Inwiefern haben sich Deine Erwartungen an Dich selbst verändert?

Sie sind nicht kleiner oder größer geworden, sie haben sich unter immer anderen Voraussetzungen entwickelt. Sei es die Zeit bei der Bundeswehr oder im Studium. Auch körperlich verändert sich viel, und ich muss immer schauen, wie gut ich das Training verkrafte. Letzten Endes wachsen meine Erwartungen aber, wenn ich weiß, was ich kann und wie ich trainiere. Meine Erfahrung bringt es zudem mit sich, dass ich einschätzen kann, was realistisch ist und was nicht.

Decken sich Deine und die Erwartungen Deines Trainers?

Zu 100 Prozent. Das ist das, was Adi (Adrian Catanou) und mich als Team ausmacht. Wir gehen Hand in Hand, arbeiten miteinander und nicht gegeneinander. Er weiß, was ich von ihm brauche, ich weiß, was er von mir

braucht. Nur so funktioniert es. Die Erwartungen, die von außen kommen, stimmen nicht immer mit den Zielen überein, die wir beide haben. Deshalb ist es schwierig, diesen Erwartungen von außen gerecht zu werden, weil Verbands- oder Pressevertreter eine andere Perspektive auf unsere Arbeit haben. Wir als Team aus Trainern und Turnern haben unsere gemeinsamen aber auch jeder seine persönlichen Ziele, die wir gemeinsam und mit gegenseitiger Unterstützung versuchen zu erreichen.

Können Sie die Erwartungen von außen ausblenden?

Ausblenden können wir sie nicht, aber wir haben mit der Zeit gelernt, damit umzugehen. Anfangs hat mich zum Beispiel Kritik nahezu erdrückt, inzwischen kann ich sie positiv für mich nutzen. Das beste Beispiel dafür ist die Europameisterschaft 2024. Natürlich sind wir nicht glücklich darüber, dass wir in kein einziges Finale gekommen sind, da sind wir schon alle enttäuscht. Aber der Wettkampf als Ganzes war wirklich nicht schlecht. Zurück in Hannover wollten mich alle trösten, wofür es eigentlich keinen Grund gab. Es sind zwar Fehler passiert, aber ich habe insgesamt gut geturnt. Das ist für Außenstehende schwer zu verstehen.

Wie bereitest Du Dich auf Kritik, schwierige Fragen und die insgesamt große Aufmerksamkeit bei großen Meisterschaften und Olympischen Spielen vor?

Wir haben immer mal wieder Medientraining, aber es ist auch die Erfahrung, die ich über die Jahre in den verschiedenen Situationen





Kennst Du Sportler*innen, denen ihr Erfolg «zu Kopf gestiegen ist»?

Im Turnen kenne ich niemanden, der nach Erfolgen wirklich abgehoben ist. Ich ertappe mich zwar manchmal dabei, dass ich mich nach einem wirklich guten Wettkampf frage, warum ich eine bestimmte Übung jetzt machen soll. Aber davon komme ich auch ganz schnell wieder weg, wenn mir plausibel aufgezeigt wird, dass sie notwendig ist. Das ist das Schöne am Turnen: Da herrscht eine vernünftige Disziplin und Ordnung, weil es sonst bei so vielen Turnern in der Halle unter Umständen am Sprung oder am Boden lebensgefährlich werden kann. Deshalb ist es richtig, dass in sehr vielen Situationen ein strenger Ton, zugleich aber auch eine lockere Stimmung herrscht, in der niemand wirklich abhebt. Das macht die Sportart Turnen wohl aus.

Es ist ein enormer Erfolg, es zu Olympischen Spielen zu schaffen, dennoch werden am Ende nur die Medaillengewinner gefeiert, sie werden zu Helden gemacht. Warum ist das so?

Eigentlich ist es ganz einfach: Die Medaillengewinner sind die Besten. Die Besten gibt es nur selten, so dass klar ist, dass diese – ich nenne es mal Raritäten – die Aufmerksamkeit bekommen, die sie verdienen. Allerdings bin ich der Meinung, dass Olympiasieger eine noch viel größere Aufmerksamkeit verdient hätten. Medaillengewinner und -gewinnerinnen werden schon extrem gefeiert, aber in ihrem Leben ändert sich danach nicht viel.

Was würdest Du Dir wünschen?

Schauen wir uns Lukas Dauser an: Er ist letztes Jahr der Beste der Welt gewesen, hat bei den Olympischen Spielen eine Medaille geholt, er hat mehrere Medaillen bei den Europameisterschaften und auch im Vorfeld der WM geholt. Aber geh' mal durch die Stadt und frag' die Leute, wer Lukas Dauser ist. Und das, obwohl gar nicht in Worte zu fassen ist, was er im Turnen alles erreicht hat. Aber vielleicht ist es auch genau das, was uns nicht abheben lässt.

Wie schätzt Du den Stellenwert von Olympischen Spielen in der Gesellschaft ein?

Ich glaube, jeder freut sich. Egal, wen ich frage, alle sagen, dass sie sich das gerne anschauen. Ich glaube aber, dass nicht jeder versteht, was die Olympischen Spiele für die Sportlerinnen und Sportler bedeuten.

Herzlichen Dank für das Gespräch, Andreas!

 Das Gespräch führte Heike Werner.

 [minkusimages](#), DTB, Kaletta

gesammelt habe. Das hilft, angemessen mit den Medien umzugehen. Davon abgesehen, trete ich so auf wie ich bin. Ich sage meine Meinung und nicht das, wovon ich annehme, dass mein Gegenüber es von mir hören möchte. Und wenn ich eine Frage nicht gut finde, antworte ich nicht anders, als wenn mir ein Freund oder jemand aus der Familie diese Frage stellen würde. Ich brauche mich nicht zu verstellen.

Inwiefern kannst Du diese Erfahrung an Deine jüngeren Teammitglieder weitergeben?

Wir haben aktuell eine Generation an Turnern, in der viele sehr offen dafür sind, Dinge anzunehmen, gerade außerhalb des Turnens. Viele kommen aktiv auf uns Ältere zu und stellen Fragen. Das ist gut, weil es zeigt, dass wir bei den Jüngeren nie den Eindruck erweckt haben, wir seien etwas Besonderes und wollten keinen Kontakt mit ihnen. Wir haben vielmehr versucht, sie immer mitzunehmen und ihnen zu helfen, das Turnen weiter nach vorne zu tragen. Es macht mich sehr glücklich, dass es nicht nur angenommen, sondern auch angefragt wird.

SPORT-THIEME feiert Geburtstag!

75 Jahre - 75 Produkte - 75 Gewinne

75 Jahre Sport-Thieme - das wollen wir mit einem Gewinnspiel für Sie feiern und Ihnen für Ihr Vertrauen in uns danken!

Und so einfach geht's:

Über den QR-Code gelangen Sie zur Anmeldung in unseren Onlineshop. Melden Sie sich bis einschließlich **29. März 2024** für unseren Newsletter an, landen Sie automatisch im Lostopf und haben die Chance auf tolle Gewinne. Seien Sie dabei und mit etwas Glück sichern Sie sich einen der 75 Gewinne!

Wir drücken die Daumen!



QR-Code scannen
und gewinnen!



sport-thieme.de/75Jahre



Interview

Lukas Dauser:

**«Ich versuche,
ich selbst
zu bleiben»**

Lukas Dauser ist zurzeit der erfolgreichste deutsche Gerätturner. Unter anderem gewann er bei den Olympischen Spielen 2021 in Tokio die Silbermedaille am Barren, wurde 2022 Vize-Weltmeister an diesem Gerät und krönte seine Karriere 2023 in Antwerpen mit dem Weltmeistertitel am Barren. Krankheitsbedingt musste er auf eine Teilnahme bei den Europameisterschaften 2024 in Rimini verzichten. Mit der TURNWELT hat der Turner, der im Juni seinen 31. Geburtstag feiert, über Kopfkino, Fernsehauftritte und die Kunst «bei sich zu bleiben» gesprochen.



Lukas, wie sehr schmerzt die Nichtteilnahme an der EM in Rimini noch?

Ich hatte mich gut auf die EM vorbereitet, ich war topfit und hätte gerne geturnt. Ich habe einen guten Weltcup und eine super Qualifikation für die EM geturnt, hätte das Team gerne unterstützt und meine Leistung gezeigt. Deshalb war es extrem bitter, dass ich mir zehn Tage vor der EM so einen Virus einfange. So krank war ich noch nie in meinem ganzen Leben. Nichtsdestotrotz geht mein Blick jetzt nach vorne mit vollem Fokus auf die Deutschen Meisterschaften und dann hoffentlich auf die Olympischen Spiele in Paris.

Die Olympischen Spiele in Paris können Deine dritten werden. Was bedeuten Dir die Olympischen Spiele?

Olympische Spiele sind, glaube ich, für fast alle Sportlerinnen und Sportler das Größte, was man erreichen kann. Das Besondere ist, dass sie nur alle vier Jahre stattfinden – dementsprechend denke ich in einem Vier-Jahres-Zyklus. Nachdem ich schon zweimal teilnehmen durfte, weiß ich, dass es aber auch dieses besondere Flair ist. So viele Sportarten und so viele Sportler und Sportlerinnen aus so vielen verschiedenen Ländern treffen sich zur gleichen Zeit am gleichen Ort und messen sich dort fair in Wettkämpfen. Das spornt an und schweißst enorm zusammen. Allein im Deutschen Haus, was da für eine

Stimmung ist! Man trifft die anderen Athleten und wünscht sich gegenseitig Glück, man fiebert mit. Das ist so ein unbeschreiblich cooles Gefühl! Und wenn man in die Wettkampfhalle kommt, sieht man überall die Olympischen Ringe, die auf den Matten oder auf den Geräten sind. Das verursacht eine ganz andere Grundspannung. Die beginnt tatsächlich schon, wenn man mit dem Shuttle zur Halle fährt. Wie am Flughafen muss man durch eine Sicherheitskontrolle – sowohl in den Hallen als auch im Olympischen Dorf. Vom Wettkampf her ist es eigentlich nichts anderes als bei jedem anderen Wettkampf, aber das Drumherum schon.

Als Olympia-Medaillen-Gewinner 2021 und als Barren-Weltmeister 2023 hast Du eine große mediale Aufmerksamkeit bekommen. Wie gehst Du mit dieser großen Öffentlichkeit um?

Ich gehe damit eigentlich relativ entspannt um. Das schönste Kompliment habe ich von meinem Trainingskollegen Nick Klessing bekommen. Er hat gesagt: «Lukas, das ist so krass, Du stehst so sehr in der Öffentlichkeit und bist im Fernsehen, aber Du bist genau der gleiche Mensch wie früher.» Ich versuche, genau das zu tun, was meine Mama mir immer sagt: «Lukas, genieß es einfach.» Aber das ist nicht so einfach, zu reflektieren und es zu genießen, wenn ich einen Fernsehauftritt habe oder eine Ehrung. Im Leistungs-

sport geht es nach einem Wettkampf direkt weiter, z. B. mit der Bundesliga oder zu Jahresbeginn mit der Vorbereitung auf Olympia, und es bleibt wenig Zeit zum Durchschnaufen. Aber ich versuche einfach, ich selbst zu bleiben, und ich glaube, das ist mir bisher ganz gut gelungen.

Inwiefern nimmst Du mit Blick auf die kommenden Wettkämpfe eine gesteigerte Erwartungshaltung wahr – von Dir selbst, von Deinen Trainern, von der Öffentlichkeit, von den Medien?

Ich glaube, die Öffentlichkeit sieht mich bei den Olympischen Spielen schon als Favorit. Ich lese zwar nicht viel über mich, aber manchmal fällt mir dennoch auf, dass geschrieben wird «Jetzt will er Gold». Dabei habe ich solche Sachen nie geäußert. Die wollen natürlich immer eine Story haben, aber so extrem habe ich es nie gesagt. Mein Umfeld ist da bescheidener. Da denken die meisten so wie ich. Ich habe schon so viel erreicht in meiner Karriere, hätte mir so viele wahnsinnige Momente nie erträumen können. Ich habe so viele tolle Medaillen gewonnen. Was jetzt kommt, ist eigentlich Zugabe. Ich hab' immer den großen Traum gehabt, diese Vision Olympische Spiele. Den habe ich mir 2016 in Rio erfüllt. Da habe ich Fabian Hambüchen gesehen, wie der Gold gewonnen hat und mir gedacht: «Wow, ich will auch so eine Medaille!»

Es hat mich sehr beeindruckt, dass einer von uns das geschafft hat. Letztendlich habe ich mir dann 2021 in Tokio auch diesen Traum erfüllt. Klar wäre es schön, wenn ich da vorne in Paris mitturnen kann und wieder eine Medaille gewinne. Träumen ist schließlich erlaubt. Aber ich muss bei mir bleiben. Ich muss mich auf mich konzentrieren, auf meine Übung. Und wenn ich das schaffe, dann kann ich vorne mitmischen. Das habe ich die letzten Jahre bewiesen.

Und Du stellst Dir nie vor, wie es wäre...?

Ich bin auch nur ein Mensch, und natürlich kommen diese Gedanken manchmal in meinen Kopf geschossen, wie ich auf dem Sieger-Podest stehe und mir eine Medaille umgehängt wird. Mein Mentaltrainer Bruno Hambüchen und ich arbeiten sehr viel daran, dass ich so etwas zulassen kann und dass es okay ist. Aber dann muss ich aus dieser Situation rausgehen und mich fragen: «Was muss ich eigentlich dafür tun, dass ich dahin komme?» Die Antwort lautet: «An mich denken und gut trainieren, an meine Übung

denken und bei mir bleiben.» Ich konzentriere mich dann eher auf meine Übung als zu viel Kopfkino von einem Medaillengewinn zu schauen.

Wie schaffst Du es, «bei Dir zu bleiben», wenn Du nach Deinen großartigen sportlichen Erfolgen so viel Aufmerksamkeit erhältst? Kannst Du das wirklich ausblenden?

Also komplett ausblenden kann ich das nicht. Es war ja letztes Jahr nach dem WM-Titel unglaublich viel los, und ich muss sagen, danach war es schon schwer, wieder in den Alltag zurückzukommen oder eben ins normale Training. Was ich aber auch erlebt habe ist, dass jeweils zum Ende des Jahres – sowohl nach den Olympischen Spielen als auch 2022 nach der WM-Silbermedaille in Liverpool und nach der WM 2023 – der riesige Hype wieder abgeflacht ist. Danach war ich immer ein bisschen ausgelaugt und froh, dass dann

erst einmal Urlaub angesagt war. Insgesamt war das während der letzten Jahre extrem anstrengend, aber in mir brodelt schon noch was. Eine kleine Flamme ist noch da, und aus der kann ich in Paris auf jeden Fall nochmal ein Feuerwerk zünden.

Was wünschst Du Dir für Paris 2024?

Mein größter Wunsch ist, dass ich meine beste Barren-Übung turne. Ich möchte die beste Version von mir selbst sein und nach meinem Wettkampf zufrieden aus der Turnhalle gehen.

Viel Erfolg dafür und herzlichen Dank für das Gespräch, Lukas!

 Das Gespräch führte Heike Werner.

 [minkusimages](#), Tom Weller/24passion





Jetzt scannen
und mehr
erfahren.

Ihren nächsten Kurs zahlt die AOK!

Von Bewegung bis Entspannung:
Mit dem Gesundheitsgutschein übernimmt die AOK Ihre Kursgebühr.

Mehr erfahren auf aok.de/pk/gesundheitskurse

AOK Niedersachsen. Die Gesundheitskasse.

Olympische Sportarten im Wandel

Vergleicht man das olympische Programm aus der Zeit der ersten Olympischen Spiele der Neuzeit im Jahr 1896 in Athen mit den Sportarten, die diesen Sommer in Paris ausgeübt werden, so fällt nicht nur die unterschiedlich große Anzahl auf. Wurde 1896 in gerade einmal neun Sportarten gegeneinander angetreten, stehen 2024 insgesamt 32 Sportarten auf dem Programm.

Allein für Tokio 2020 wurden mit Baseball/Softball, Karate, Skateboard, Sportklettern und Surfen fünf neue Sportarten aufgenommen. 2028 werden in Los Angeles fünf wei-

tere Sportarten olympisch. Lacrosse, Cricket und Softball/Baseball kehren zurück, während Flag Football und Squash ihr Debüt feiern werden.

Aus heutiger Sicht teils kurios anmutende Sportarten, wie Pferdehochsprung, Tauziehen oder Taubenschießen wurden hingegen schon früh wieder ausgeschlossen. Ebenso Sackhüpfen wie auch Kunstwettbewerbe in den fünf Bereichen Architektur, Literatur, Musik, Malerei und Bildhauerei.

Die aktuellen Kriterien des Internationalen Olympischen Komitees (IOC) für die Aufnah-

me neuer Sportarten lauten Attraktivität, Verbreitung und Geschlechtergleichheit. Sie verdeutlichen u.a. die Veränderung der gesellschaftlichen Bedeutung einzelner Sportarten. So sind die in Tokio neu aufgenommenen Sportarten weltweit stark verbreitet. Diese Verbreitung ist auch Grund dafür, dass Breaking in Paris erstmalig olympisch sein wird.

Auch hinsichtlich der Geschlechterverteilung wird Paris Vorreiter sein: Erstmals werden in diesem Sommer gleich viele männliche und weibliche Athleten an den Spielen teilnehmen.

Die neuen olympischen Sportarten seit 2020



Skateboarding

war bereits 2020 in Tokio vertreten und wird auch 2024 in Paris Teil des Programms sein.



Surfen

gehörte bereits in Tokio zum olympischen Programm und wird auch 2024 in Paris vertreten sein. Neu ist Kitesurfen.



Sportklettern

war ebenfalls in Tokio olympisch und wird 2024 in Paris erneut ausgetragen. Die olympische Kombination wird in Paris aus Bouldern und Lead bestehen; Speed wird eine eigene Disziplin.

Breaking

in Paris 2024 wird erstmalig die Tanzsportart Breaking olympisch sein.

Neue olympische Sportarten 2028

Lacrosse, Cricket und Softball/Baseball werden wieder aufgenommen.



Flag Football und **Squash** feiern ihr Debüt.

Olympische Spiele 2024

Termin: 26. Juli bis 11. August 2024

32 Sportarten

**329 Medaillenentscheidungen,
davon 22 Mixed-Entscheidungen**

über 11.000 Sportler*innen

ca. 450 deutsche Athlet*innen

es wird wieder ein Flüchtlingsteam geben

rund zehn Millionen Eintrittskarten werden angeboten

 Heike Werner

 www.olympics.com

 Die Bilder wurden mithilfe Künstlicher Intelligenz (KI) generiert.

Kristina Vogel: «Olympische Spiele sind pure Magie für mich!»

Die Liste ihrer sportlichen Erfolge ist lang. Kristina Vogel hat als Bahnradfahrerin nicht nur zahlreiche Deutsche, Europa- und Weltmeistertitel gewonnen, sie wurde unter anderem auch zweifache Olympiasiegerin im Sprint und im Teamsprint in Rio de Janeiro 2016 und hält die Weltrekorde über 200 und 500 Meter. 2018 krönt sie sich im niederländischen Apeldoorn mit zwei weiteren Weltmeistertiteln zur erfolgreichsten Bahnradsportlerin der Welt. Wenige Wochen später erleidet sie durch einen schweren Trainingsunfall eine Querschnittlähmung und ist seitdem auf den Rollstuhl angewiesen. Mit der TURNWELT hat Kristina Vogel u.a. über den Klub der Ewigen, Anerkennung für sportliche Leistungen und Vorbilder gesprochen.



Kristina Vogel wird 2017 Europameisterin im Keirin

Frau Vogel, was haben Ihnen als Radsportlerin die Olympischen Spiele bedeutet? Was bedeuten sie Ihnen heute?

Als Leistungssportler*in sind Olympische Spiele alles. Das Event, dass über Deine Karriere entscheiden kann und wir alle unser Leben danach widmen. Heute wie damals ist es pure Magie für mich!

Was war Ihr persönlicher Antrieb, um dabei sein zu dürfen?

Es heißt, dass man als Olympiasieger*in im Klub der Ewigen ist. Weltmeister*in wird man und versucht den Titel im nächsten Jahr zu verteidigen. Aber Olympiasieger*in bleibt man für immer.

Der Niedersächsische Turner-Bund befasst sich aktuell intensiv mit dem Thema „Wertevermittlung im Sport“. Welche Werte haben Ihre Trainer*innen Ihnen vermittelt?

Leistung, Fairplay und Miteinander. Ich finde, dass der Sport uns viele Werte spielerisch beibringt, die unsere Gesellschaft tragen. Ich kenne keinen anderen Bereich, der das so gut kann. Daher stellt sich beispielsweise für mich auch nie die Frage nach dem Wert des Sports für die Gesellschaft.

Ihr folgenschwerer Unfall hat eine Wiederholung des olympischen Traums zunichte gemacht. Hat der Unfall Ihre Einstellung zum (Spitzen)Sport und zum Leben verändert?

Warum sollte er? Ich habe Leistungssport nicht begonnen, weil ich dachte „Da kann ich aber sicher und gemütlich Fahrrad fahren.“ Er hat aber die Sicht auf Regeln und Sicherheit verändert. Ich sitze in der Bahnkommission des Radsport Weltverbands und versuche, dies immer im Hinterkopf zu behalten.

Wie haben Sie es geschafft, dieses Erlebnis aufzuarbeiten? Welche Unterstützung gab es?

Das ist wie die Frage „Was hat ihnen aus dem schwarzen Loch geholfen?“, und das hatte ich nie. Ich bin ein sehr pragmatischer Mensch, der objektiv auf die Fakten schaut. Wut und Trauer über die Querschnittlähmung bringen ja nichts bzw. machen den Unfall nicht ungeschehen. Aber die Zukunft, die habe ich in meinen Händen.

In Interviews haben Sie u.a. gesagt, dass Sie nicht in den Parasport wechseln, weil die Menschen erwarten würden, dass Sie gewinnen. Dabei heißt es gerade bei Olympischen/Paralympischen Spielen doch immer „dabei sein ist alles“. Geht es im Spitzensport tatsächlich doch immer nur ums Gewinnen?

Man könnte auch sagen, dass der Weg das Ziel ist. Ich war jedoch in den letzten Jahren ungeschlagen und man hat von mir das Gewinnen einfach erwartet. Und es ist im Leistungssport nun mal so, dass nach Medaillen abgerechnet wird. Für mich ist dies aber nur ein halber von vielen Gründen, warum für mich meine sportliche Karriere beendet ist. Für mich passt alles so.



Kristina Vogel wird 2018 zur Radsportlerin des Jahres gewählt. Die Ehrung übernimmt der damalige Bundesaußenminister Heiko Maas

Wenn Athlet*innen olympische Medaillen gewinnen, werden sie gewissermaßen zu Helden. Wie sind Sie mit dieser Heroisierung umgegangen?

Es ist doch was Tolles, wenn die Leistung anerkannt wird. Genauso als ich das erste Mal mit Oscargewinner Volker Bertelmann sprechen konnte oder sogar den von Gerd Nefer in den Händen halten konnte. Es ist einfach etwas Außergewöhnliches, welches nicht viele Menschen schaffen.



Kristina Vogel mit ihrem Partner Michael Seidenbecher bei der Deutschen Meisterschaft im Bahnradsport 2022

Welchen Wert haben Olympische Spiele für Sportler*innen aber auch für die Gesellschaft?

Wie bereits schon erwähnt: Leistung, Fairplay und Miteinander. Während die Kinder Sport machen, lernen sie Regeln einzuhalten, fair miteinander zu sein, Leistungen anzuerkennen und etwas dafür tun zu müssen, wenn man erfolgreich sein möchte. Weiterhin bin ich der festen Überzeugung, dass Sport die Power hat, die Welt zu verändern, wie Nelson Mandela gesagt hat. Man lernt dazu eben noch das Schätzen und den Respekt vor anderen Geschlechteridentitäten, Herkunft, Hautfarbe oder Religion. Dazu kommt, dass Inklusion und Diversität nicht nur Modewörter sind. Vermutlich hätten die einen oder anderen Diktatoren unserer Geschichte einfach mal eine Runde um den Block rennen sollen.

Warum wünschen Sie sich Olympische Spiele in Deutschland?

Genau aus den genannten Gründen. Sport kann die Welt verändern und das auch nachhaltig. Wann immer es Großveranstaltungen gibt, sind es die Kids die sich die Basketballkörbe in die Höfe hängen oder den Manuel Neuer-Haarschnitt haben wollen. Vorbilder geben uns Mut und Hoffnung. Und wo kann man die besser sehen, als Zuhause? Ich verstehe viel von der Kritik, aber für mich überwiegt der Gewinn.

Frau Vogel, herzlichen Dank für das Gespräch!

 Die Fragen stellte Heike Werner.

 www.kristinavogel.de

 Nicola, Wikimedia Commons, CC-by-sa 4.0

Was macht eigentlich...?

Folgende Sportler vom BSP Hannover haben an den Olympischen Spielen teilgenommen



2012 London
2016 Rio de Janeiro
2021 Tokio

2000 Sydney
2004 Athen

1988 Seoul
1996 Atlanta
2000 Sydney

1988 Seoul

1988 Seoul

1980 Moskau
1984 Los Angeles

Andreas Japtok

Fast wäre der Traum geplatzt. Nur wenige Wochen vor seiner Abreise zu den Olympischen Spielen 1984 in Los Angeles geschieht es: Gerätturner Andreas Japtok drückt sich bei einem Flugelement am Reck mit seinem rechten Knie den rechten Ellenbogen raus. Doch Japtok stemmt sich gegen das Olympia-Aus, lässt sich zehn Tage lang behandeln und den Ellenbogen stabilisieren. "Nachdem ich die Olympischen Spiele 1980 wegen des Boykotts verpasst hatte, war es mir natürlich sehr wichtig, bei den Spielen 1984 mit dabei zu sein. Deshalb habe ich natürlich alles daran gesetzt, damit das auch klappt und ich mich nicht vorher verletze. Das hat zwar nicht geklappt aber ich durfte am Ende trotzdem an den Spielen teilnehmen." Japtok wurde mit der Mannschaft Vierter und landet im Mehrkampf auf Platz 17.

Viele Jahre später ist Andreas Japtok dem Leistungssport als Sportmediziner immer noch verbunden: Er betreut(e) u.a. mehr als zehn Jahre die Kader- und Leistungssportler am Olympiastützpunkt Hannover, die Eishockeyspieler der „Hannover Indians“ und „Hannover Scorpions“ sowie die Bundesligamannschaft des Niedersächsischen Turnteams. Seit 2004 ist er Tourneearzt des „Feuerwerk der Turnkunst“.

Andreas Aguilar

«Herr der Ringe» wurde Andreas Aguilar genannt. Insgesamt gewann der Turner des TK Hannover zwischen 1982 und 1989 sechs Deutsche Meistertitel. 1988 und 1989 wurde er bei den Europameisterschaften an den Ringen jeweils Dritter. Bei den Olympischen Spielen 1988 in Seoul belegte er mit der deutschen Riege den zwölften Platz. Als Neunter des Vorkampfs verpasste er knapp die Finalteilnahme an den Ringen. Die Olympischen Spiele stehen aus seiner Sicht vor allem für Völkerverständigung und ein friedvolles Miteinander. «Abgesehen von den Wettkämpfen war es für mich die größte Erfahrung, dass grundverschiedene Sportler aus aller Welt im Olympischen Dorf zusammenkommen und dort in einer geschützten Welt ihre Unterschiedlichkeit genießen. Es zählt nur der Sport. Warum kann es nicht überall so sein?» sagt der frühere Ringeturner heute. Sein größter sportlicher Erfolg war der Gewinn bei den Weltmeisterschaften im Ringeturnen im Jahre 1989 in Stuttgart. Andreas Aguilar ist Träger des Silbernen Lorbeerblatts. Er war langjähriger Moderator des "Feuerwerk der Turnkunst" sowie mehrmals Ensemblemitglied. Heute arbeitet er als selbständiger Grafiker sowie Foto- und Videograf.

Sergej Pfeiffer

Sergej Pfeiffer wurde vom Ex-Weltmeister am Reck, Eberhard Gienger, einmal «als das größte deutsche Talent» bezeichnet, wie es in der Sport-Bild vom 3. Juli 1996 stand. Er nahm eine kontinuierliche Leistungsentwicklung vom Jugend- zum starken Juniorenturner, benötigte hingegen fünf bis sechs Jahre, ehe er sich im Seniorenbereich etabliert hatte. Dabei war seine Leistungsstärke im Vergleich mit Gleichaltrigen außergewöhnlich. Bei Meisterschaften erturnte er sich häufig drei bis vier Punkte mehr als die Konkurrenten. Im Schatten der drei Olympiasieger Belenki, Charkow und Wecker reifte er im Olympiajahr 2000 zu einem wertvollen Mitglied der deutschen Nationalmannschaft und verblüffte bei der Europameisterschaft 2000 in Bremen mit einer exzellenten Leistung. 2004 nahm er schließlich als bester deutscher Mehrkämpfer an den Olympischen Spielen in Athen teil. Zuvor war er bereits Deutscher Meister am Boden (2002), Deutscher Mehrkampf-Meister und Europameisterschafts-Elfter im Mehrkampf (2000) geworden sowie Weltmeisterschafts-Teilnehmer (1997). An seinem Lieblingsgerät, dem Pauschenpferd, war er 2003, 2004 und 2008 Mitglied des Ensembles beim Feuerwerk der Turnkunst.

Marius Toba

1987 nahm der in Rumänien geborene Marius Toba zum ersten Mal an den Weltmeisterschaften teil und erreichte mit der rumänischen Turnriege den siebten Platz. Den gleichen Platz erturnten sich die Rumänen auch bei den Olympischen Spielen 1988 in Seoul. Nach der Rumänischen Revolution 1989 zog Toba nach Deutschland und erhielt 1991 die deutsche Staatsbürgerschaft. International turnte er für Deutschland 1992 zum ersten Mal bei den Europameisterschaften und wurde Fünfter an den Ringen. 1994 gewann Toba EM-Bronze mit der deutschen Mannschaft und erreichte bei der WM 1994 in Dortmund mit dem Team den fünften Platz, wurde außerdem Deutscher Mehrkampfmeister. Zwei Jahre später nahm Toba an seinen zweiten Olympischen Spielen teil. In Atlanta wurde er an den Ringen und mit der Mannschaft Siebter. Für die Olympischen Spiele 2000 hatte sich der 32-jährige Toba zwar nicht qualifiziert, wurde jedoch nachnominiert, weil sich mehrere Turner verletzt hatten. Bei seinen dritten Olympischen Spielen in Sydney schaffte er als einziger Deutscher die Qualifikation für ein Gerätefinale und wurde Sechster an den Ringen. 1997, 1999 2002 war er Ensemblemitglied des "Feuerwerk der Turnkunst":

Ralf Büchner

«Mein größter Ansporn für die Teilnahme an den Olympischen Spielen war neben der Medaillenchance, die wir mit der DDR-Mannschaft hatten, die große Anerkennung, die wir für unsere Leistung bekamen. Und vor allem diese Wertschätzung wollte ich natürlich wieder erleben», sagt Ralf Büchner. 21 Jahre war er alt, als er mit der Mannschaft bei den Olympischen Spielen 1988 in Seoul die Silbermedaille gewann. Im Juli 1991 wechselte er von seinem Potsdamer Verein zum TK Hannover und folgte mit diesem Schritt seinem Trainer Reinhard Rückriem. Seinen größten Erfolg feierte er mit dem Weltmeistertitel am Reck 1991 in Indianapolis und gewann Bronze mit der Mannschaft. Ein Jahr später wurde die Nationalmannschaft bei den Olympischen Spielen Vierter. Ein wiederholter Kreuzbandriss verhinderte u.a. die Teilnahme an seinen dritten Olympischen Spielen 1996. Für den TK Hannover turnte er jedoch weiter in der Bundesliga und ab 2002 für den Regionalligisten TV Schiltach in Baden-Württemberg. Bis vor drei Jahren gab Ralf Büchner neben seiner beruflichen Tätigkeit bei Volkswagen seine umfangreichen Erfahrungen und sein turnerisches Wissen als A-Lizenz-Trainer an den Nachwuchs zwischen zwölf und 16 Jahren am Bundesstützpunkt Hannover weiter. 1997, 1998 und 2001 war er im Ensemble des "Feuerwerk der Turnkunst."

Henrik Stehlik

«Die Lust auf den Wettkampf und die Freude daran, meine Übungen zu zeigen und eventuell in der Wettkampfsituation noch zu verbessern, haben mich immer angetrieben», sagt Henrik Stehlik. 2003 wurde der Trampolinturner von der TG Jugenddorf Salzgitter Weltmeister bei der Heim-WM in Hannover, dreimal hat er es geschafft, sich für die Olympischen Spiele zu qualifizieren – Athen 2004, Peking 2008 und London 2012 durfte er miterleben. Und nicht nur das: 2004 gewann er die Olympische Bronzemedaille. «Das Leben war vorher schon schön, ist aber durch die Medaille ein Stück schöner geworden», betont der Träger des Silbernen Lorbeerblattes rückblickend. Dass er parallel zu seiner leistungssportlichen Karriere immer viel Wert auf seine berufliche Ausbildung legte, erforderte viel Disziplin und gute Planung. «Aber wenn ich trainiert habe, lag der Fokus voll auf dem Training, wenn ich studiert habe, stand das Lernen im Mittelpunkt.» Nur so und durch die vielseitige und wertvolle Unterstützung aus seinem Umfeld habe beides parallel funktioniert. 2009 war er im Ensemble des "Feuerwerk der Turnkunst". Nach dem Ende seiner sportlichen Karriere war Henrik Stehlik noch bis 2018 Athletensprecher im DTB sowie persönliches Mitglied im DOSB und Mitglied im Kuratorium der Deutschen Kinderturnstiftung. Inzwischen arbeitet er bei der Stadt Salzgitter und hält sich mehrmals pro Woche durch unterschiedliche Sportarten fit.



Anna Dogonadze

Trampolinturnen war und ist ihre Welt. Anna Dogonadze gehört zu den erfolgreichsten deutschen Trampolinturnerinnen Deutschlands. 2004 gewann die Turnerin der TGJ Salzgitter in Athen Gold bei den Olympischen Spielen. «Schon als kleines Kind wollte ich immer zu Olympia, obwohl ich noch gar nicht richtig wusste, was das ist», erinnert sie sich und ergänzt: «Es war schon immer mein Traum, den vor allem meine Oma sehr unterstützt und mich immer gefördert hat.» Das Tollste sei aber gewesen, dass sie sich bei den Olympischen Spielen so viele andere Sportarten anschauen konnte. Und das Friedvolle. «Die Olympischen Spiele zeigen, dass alle Menschen gleich sind, egal aus welchen Ländern sie kommen und dass sie auf dieser Welt zusammengehören», betont sie. Insgesamt wurde Anna Dogonadze dreimal Weltmeisterin, gewann viermal WM-Silber und sechsmal WM-Bronze. Nach dem Ende ihrer Karriere arbeitete sie einige Jahre als Trampolintrainerin, unter anderem in der Schweiz. Heute arbeitet Anna Dogonadze in der Schweiz in einem Sanitätshaus im Bereich Orthopädie und kümmert sich um Schuheinlagen und Bandagen. Ein Job, der ihr Freude bereitet. Dennoch hofft sie, irgendwann wieder als Trainerin im Trampolinturnen aktiv sein zu können.

 Heike Werner

 [minkusimages, NTB](#)

