

Eva Pfaff

„Das Wichtigste war und ist, dass wir immer auf Augenhöhe agiert haben.“

Interview mit Holger Geschwindner, Trainer von Profi-Basketballer Dirk Nowitzki

Holger Geschwindner (67) nahm von 1964 bis 1987 an mehr als 600 Bundesliga-Spielen teil und war 1972 Kapitän der Olympia-Basketball-Mannschaft in München. Er studierte Mathematik, Physik und Philosophie. 1995 traf Holger Geschwindner den damals 16-jährigen Dirk Nowitzki bei einem Jugend-Spiel des DJK Würzburg. Seither fungiert Geschwindner als Berater, persönlicher Trainer und Mentor für Nowitzki. Dieser spielt seit 1999 bei den Dallas Mavericks, USA, und gewann als erster Deutscher 2011 mit seinem Team die Meisterschaft der NBA (National Basketball Association).

Eingegangen: 18.4.2013



© Imago/FAF

Herr Geschwindner, wie fing die Zusammenarbeit mit Dirk Nowitzki an?

Dirk habe ich zufällig bei einem Spiel der DJK Würzburg entdeckt. Als wir anfangen, gemeinsam zu trainieren, war er ca. 16,5 Jahre alt und wir standen vor der großen Aufgabe: „Wie kann man seinen Wunsch erfüllen, sich mit den Besten der Welt zu messen?“. Es stellte sich heraus, dass weder die Basketball-Literatur noch die fachspezifischen Magazine uns auf dem Weg weiterhelfen konnten.

Warum war das so und was haben Sie unternommen?

Aus meiner Sicht verändert sich eine Sportart so schnell, dass das gedruckte Buch oder ein Magazin bei Erscheinen fast schon veraltet ist. Insofern mussten wir uns selbst etwas überlegen und einen „guten Riecher“ haben, wohin die Sportart sich entwickelt. Das hat ganz gut geklappt.

Viele Trainer geben in der Zusammenarbeit mit ihren Schützlingen den Ton an. Wie läuft das bei Ihnen?

Von Anfang an war klar, dass man die Buben nicht bis an die Weltspitze vorantreiben kann, wenn sie nicht selbst wollen. Mit Befehlen wie „du sollst das machen, du musst dann da und da sein“, kommt man in meinen Augen nicht weit.

Dirk kam immer freiwillig und so regelmäßig wie möglich zum Training und er wollte sich ständig verbessern. Wir haben Möglichkeiten

bereitgestellt, damit er seine Talente entwickeln konnte.

Von welchen Möglichkeiten sprechen Sie?

Wir haben uns intensiv um jeden einzelnen Spieler gekümmert. Das machen wir u.a. über ein Individual-Training, bei dem selten mehr als drei bis vier Basketballer gleichzeitig trainieren. Die meisten unserer Athleten sind in die Nationalmannschaft gekommen.

Bei so vielen Erfolgen könnte es einem als Trainer auch langweilig werden. Was hält Ihre Begeisterung am Leben?

Langweilig wurde es mir nie und wir haben auch nicht nur Erfolge erlebt. Im Gegenteil, in den vergangenen 19 Jahren sind wir zusammen durch viele Höhen und Tiefen gegangen. Das macht den Reiz aus, wenn ein Athlet an die Weltspitze kommt und sich dort halten will.

An der Spitze muss man ständig überlegen: Wie agiere ich, wie geht's weiter, wie kriege ich den nächsten Schritt hin? Auch dazu gibt es keine Literatur.

Es ist eine vielschichtige Herausforderung, man ist ständig am Suchen, probiert neue Wege aus, guckt bei anderen Sportarten Trainings an und fragt sich, ob etwas gut sein, ob es weiterhelfen könnte.

Aber mit Ihrer Erfahrung als Spieler und Trainer im Basketball wissen Sie doch „wie der Hase läuft“!

Sicher, einige Erfahrungen habe ich. Das bedeutet aber nicht, dass ich auf alle Fragen der Buben jederzeit die richtige Antwort parat habe. Gerade in der Anfangsphase gab es viele Momente, in denen ich auf die Fragen der jungen Spieler antworten musste: „Mal langsam. Das weiß ich jetzt nicht, darüber müssen wir morgen nochmal reden“.

D. h., wenn man als Betreuer-Trainer ernsthaft und ehrlich auf die Talente und ihre Bedürfnisse eingeht bzw. an deren Entwicklung weiterarbeitet, bleiben die Aufgaben jederzeit spannend. Auch darauf basiert meine Begeisterung und mein Engagement im Basketball.

Welche (weiteren) Eigenschaften eines Mentors und Trainers halten Sie auf dem Weg zur Weltspitze für wichtig?

Als Betreuer trägt man große Verantwortung, denn man trifft Entscheidungen für einen 16-, 17-jährigen jungen Menschen, die er noch nicht so richtig überblicken kann. In manchen

Situationen war ich schon ein paar Tage unruhig, aber es gab keine Alternativen und manchmal braucht man auch Mut.

Wie würden Sie Ihr Verhältnis zu Dirk Nowitzki beschreiben?

Über Jahre ist eine freundschaftliche, vertrauliche Beziehung entstanden, bei der die 33 Jahre Altersunterschied keine allzu große Rolle spielen. Das Wichtigste war und ist, dass wir immer auf Augenhöhe agiert haben. Es gab keinen Schluaren oder Älteren, sondern wir haben immer offen diskutiert und versucht, die beste Lösung zu erstreiten.

Was bedeutet so ein offenes Verhältnis für die Trainingsarbeit?

In unserer Beziehung war nicht alles Zuckerlecken, zur Basis für Erfolge gehört auch viel Arbeit. Aber ich glaube nicht, dass sich unsere Zusammenarbeit als Konzept oder als System so einfach kopieren lässt. Es würde vermutlich nicht gehen ...

... warum würde das nicht gehen?

Um so einen Weg einzuschlagen, muss man ihn bedingungslos wollen, mit Leib und Seele. Dirk hatte von Anfang an ein Ziel und ich versuchte, ihm so gut wie möglich zu helfen. Bedingungslos bedeutet für mich bzw. uns, jederzeit und in allen Lebenslagen zur Verfügung zu stehen. Für mich galt immer: Wenn die Kerle in Not sind, muss man antreten – "over"! So ein Engagement geht oft weit über das übliche Trainer-Athlet-Verhältnis hinaus.

Bei dem Individualtraining durfte ich beobachten, wie konzentriert Sie beim Training sind. Sie sind noch super-fit!

Wenn ich 30 Jahre jünger wäre, würde ich gerne noch mitspielen (lacht)! Viele Übungen mache ich mit oder zeige sie kurz und ich achte darauf, dass die Qualität stimmt. An dem Training habe ich immer noch Spaß, aber mit 67 Jahren muss ich mich manchmal bremsen.

Es überrascht, dass Sie auch heute noch so engagiert zusammen trainieren.

Wir treffen uns ja nicht, um uns gegenseitig zu quälen. Neben der Qualität achten wir darauf, dass wir Spaß am Training haben. Mit dieser Grundüberlegung sprechen wir auch die Jugendlichen in unseren Trainings an.

Können Sie uns von den Trainings mit Jugendlichen erzählen?

Als Dirk etwa 16 Jahre alt war, haben wir acht Jahre lang im Sommer eigene Trainingscamps veranstaltet. Die Camps sollten die Buben nicht nur sportlich weiterbringen. Der Morgen begann mit Jazz-Gymnastik noch vor dem Frühstück, danach ging es auf den See zum Rudern. Nach dem Mittagessen gab es Individualtraining und abends die Anwendung des neu Erlernten im Spiel.

Warum Rudern?

Zum einen lernten die Basketballer eine neue Sportart und außerdem konnten wir im Som-



In den „heißen“ Phasen des Spiels erstaunlich „cool“

image/icon SMI

mer mit dem Rudern das Krafttraining in der „Eisenkammer“ ersetzen. Für die über zwei Meter großen Jungs haben wir extra Rennboote gebaut.

Wie schaffen Sie es, dass die Jugendlichen konzentriert am Training teilnehmen und nicht ausbüxen?

Ich bin kein Fan von Verboten, und Bestrafungen halte ich in diesem Alter für völlig sinnlos. Stattdessen erhöhe ich lieber die Anforderungen in den Trainings. Aber falls das Verhalten ausfemt, ermahne ich sie: „Jungs, überleg mal, warum wir hier sind. Eigentlich wollten wir Basketball spielen!“.

Insgesamt lege ich aber auch Wert darauf, dass die Jugendlichen früh ihre Grenzen testen dürfen.

Einerseits sollen Ihre Spieler konzentriert trainieren, andererseits dürfen sie ihre Grenzen austesten. Wie bringen Sie diese beiden gegensätzlichen Dinge in Einklang?

Wenn die Buben schlampig agieren oder Dinge im Training nicht akkurat genug machen, dann unterbrechen wir und ich sage: „Wenn du auf das Feld trittst, dann gelten Basketball-Regeln“. Denn wer heute eine Sportart auf höherem Niveau ausüben will, muss auch die Regeln und Verhaltensweisen beherrschen.

Im Basketball gibt es die Schrittregele, die in Fleisch und Blut übergehen muss. Aber über dieser Grundregel ist jeder Freiheitsgrad erlaubt. Und da animieren wir die Talente, Neues zu erfinden, die Regel(n) in ihrem Sinne zu interpretieren und ihre Individualität einzubringen. Aber Achtung: Beim Schrittfehler nimmt einem der Schiedsrichter den Ball ab!

Die Spielergeneration um Nowitzki aus den 1990er Jahren unterscheidet sich von der heutigen. Wie gehen Sie mit damit um?

Dirk genoss noch eine klassische Ausbildung, er machte sein Abitur am Röntgen-Gymnasium in Würzburg. Die heutige „Rap-Generation“, die Jüngeren, sind ein ganz anderes Kaliber.

Manchmal habe ich den Eindruck, dass sie nur 150 Vokabeln beherrschen, wovon 50 Schimpfwörter sind. D. h., mit hochtrabenden Erklärungen sollte man heute nichts mehr erklären wollen. Stattdessen muss man sich als Betreuer anpassen und z.T. ihre Sprache lernen.

Wie schätzen Sie Ihr Verhältnis zu dieser Generation ein und welche Bedeutung hat das Lernen?

Wenn man ein offenes, ehrliches Verhältnis zu den Jungs pflegt, sollten die Kommunikation und die Zusammenarbeit gut funktionieren. Das Lernen spielt eine besondere Rolle – ich habe mindestens genauso viel von den Jungs gelernt wie sie von mir.

Als Trainer hofft man natürlich, dass man einen Beitrag zu ihrem Fortkommen leisten konnte. Jedenfalls kann ich aus meiner Erfahrung sagen, es macht viel Spaß, sich gemeinsam weiterzuentwickeln.

Sie haben gesagt, dass Sie die Anforderungen im Training erhöhen, um die Konzentration der Basketballer anzuregen. Haben Sie Beispiele dafür?

Jugendliche lieben Wettkämpfe, sie möchten sich mit anderen messen. Sobald man im Training Anreize schafft, sind sie voll konzentriert. Daher setzen wir viele Wettkampfformen ein, bei denen sie um etwas spielen. Wenn z. B. ein Team von zehn bis 15 Jungs 100 Körbe in Folge erzielt, gibt's eine Pizza. Mit solchen Übungen erzeugen wir auch Druck innerhalb der Gruppe und so lernen die Jugendlichen die „Wettkampf-Denke“ relativ schnell.

Wie gehen Sie mit der unterschiedlichen Leistungsstärke Ihrer Schützlinge um?

Das Problem, dass sich einer schneller entwickelt, den anderen leistungsmäßig voraus ist oder mehr Talent hat, findet sich in allen Team-sportarten. Zur Nivellierung der Unterschiede lassen wir die Besseren oft mit Handicap gegeneinander spielen. Ein Handicap wie „Spieler X darf nur mit links spielen“ wird heimlich ausgegeben.

Warum „heimlich“, was bringt das?

Anfangs ist das Handicap nur dem Spieler bekannt. So wird die Spielstärke des gehandicap-ten Spielers herabgesetzt, er trainiert gleichzeitig andere Dinge, die ihn weiter voranbringen. Bei solchen Übungen haben sie viel Spaß daran, ihr Handicap so zu tarnen, dass die anderen es nicht gleich entdecken, was auch die Spielschläue fördert.

Durch solche Regeln bzw. ein paar geschickte Rahmenbedingungen können sich die Kids selber entwickeln und ihre Talente aus sich selbst herausholen. Entscheidend ist hier: Wir geben Jugendlichen Möglichkeiten zur Entwicklung, aber wir zwingen sie zu nichts!

Sie hatten von „Grenzen festem oder Dinge ausprobieren“ gesprochen. Können Sie uns das näher erläutern?

Jugendliche wollen – und müssen – im Alter von 14, 15, 16 Jahren auch lernen, was ihr Körper (leisten) kann. In der Phase wollen sie ihre Kräfte und ihre Weisheiten ausprobieren. Sie kommen auf die wildesten Ideen, kriegen Energie-Anfälle und wollen z.B. quer durch den Starnberger See schwimmen. Solche Aktionen helfen, herauszufinden, was geht und was nicht. Ich unterstütze dieses Grenzaustesten in noch vertretbarem Rahmen, denn sie nehmen Ernstfälle im Wettkampf vorweg und fördern das Selbstvertrauen.

Wie sollte man mit sportlichen Talenten umgehen?

Talente werden oft durch rigide Methoden abgeschreckt. Im Sport wird man über Anweisungen wie „du musst/sollst das und darfst das nicht“ nicht viel erreichen. Ich vertrete eher die Devise: „Ihr müsst auf Nichts verzichten, aber ihr dürft euer Ziel nicht aus den Augen verlieren“. Daher habe ich die Buben manches Mal selbst in die Disco gefahren und wieder abgeholt. Jugendliche Leis-



Dirk Nowitzki erhielt 2011 die Trophäe als Most Valuable Player der NBA-Finalrunde.

image/icon SMI

tungssportler kann man nicht von der Welt fernhalten. Im Gegenteil, man sollte ihnen die schönen Dinge der Welt zeigen.

Kommen wir zurück zu Ihrem Muster-schüler Dirk Nowitzki (s. Tab. 1). Wie haben Sie sein Talent herausgekitzelt?

Grundsätzlich haben wir auf freiwilliger Basis miteinander trainiert. Das ist auch heute noch so und Dirk gibt den Ton an.

In Bezug auf das Training kann man ihm z. B. eine Technik sehr genau erklären. Es dauert ein bisschen, er denkt über das Thema nach und kommt ab und zu mit Rückfragen. Sowie er das Prinzip versteht, erfindet er eigene Übungen. Manchmal schlägt er auch Zwischenschritte vor.

Welche Inhalte gehören bei Ihrem Training zum Alltag?

Im Basketball gibt es gewisse Basis-Übungen (z.B. Korbwürfe), die wir stetig wiederholen. Man muss intensiv üben, um Sicherheit und letztlich Selbstvertrauen zu entwickeln.

Gibt es Drucksituationen im Basketball und wie trainieren Sie diese?

Die Spieler müssen z.B. unter riesigem Druck an der Linie stehen und wichtige Freiwürfe verwandeln. Selbst die US-Amerikaner haben sich oft darüber gewundert, wie cool Dirk in entscheidenden Phasen z.B. bei einem 1-Punkt-Rückstand zwei Freiwürfe vollstreckte.

Im Training zählen wir immer mit, d. h., unseren Übungen geben wir objektive Kriterien und können die Qualität bei den Würfen einschätzen. Neben dem Training der Technik erfordert das Mitzählen eine ständige Aufmerksamkeit und Konzentration, unabhängig von den Bewegungen ...

... aber pures Zählen kann auch einullen!

Ja. Aber mittendrin zähle ich extra falsch und überprüfe, ob der Spieler darauf reagiert und sich wehrt. Ich fordere und fördere damit die Wachsamkeit, denn ein Basketballer sollte zu keiner Sekunde die Kontrolle im Kopf verlieren.

„... wenn man als Betreuer-Trainer ernsthaft und ehrlich auf die Talente und ihre Bedürfnisse eingeht bzw. an deren Entwicklung weiterarbeitet, bleiben die Aufgaben jederzeit spannend.“

„Neben der Qualität achten wir darauf, dass wir Spaß am Training haben. Mit dieser Grundüberlegung sprechen wir auch die Jugendlichen in unseren Trainings an.“

TAB. 1 Dirk Nowitzki – Daten einer Karriere

Jahr	Teams – Titel	Daten – Platzierungen
seit 1997	Deutsche Nationalmannschaft	bisher 141 Spiele, 2912 Punkte
seit 1999	Dallas Mavericks	Einstieg in die NBA
seit 2001	NBA All-Star-Games	12 x NBA-All-Star-Team
2002	Weltmeisterschaft	3. Platz, MVP
2005	Europameisterschaft	2. Platz, MVP
2007	NBA Most Valuable Player Award	wertvollster Spieler der Saison
2011	NBA-Championships	1. Platz
	NBA Finals MVP Award	wertvollster Spieler der Finalserie
2013	25.000 Punkte-Grenze überschritten	Nr. 17 der ewigen NBA-Liste

MVP = NBA Most Valuable Player Award

Privattraining im heimischen Würzburg: Dirk Nowitzki mit Mentor und Trainer Holger Geschwindner bei der Vorbereitung auf die NBA-Saison 2012/2013

imago/Camera 4



Wonach richten Sie die Trainingsphasen bei einem Dirk Nowitzki aus?

Man kann nicht neun Monate in Topform sein. Stattdessen haben wir uns auf Highlights in der Saison konzentriert bzw. überlegt, wann wichtige Spiele anstehen. Unsere Rhythmen-Einschätzung funktioniert ganz gut, denn Dirk war bisher meist zum richtigen Zeitpunkt in Topform.

Schauen sich die anderen Spieler etwas von Ihrer Vorgehensweise ab?

Das weiß ich nicht so genau. Unser Konzept, die Vorbereitung und spezifischen Trainings gezielt alleine zu absolvieren, wurde inzwischen von vielen übernommen. Die Top-Profis engagieren in den USA auch Individualtrainer für spezielle Gebiete. Jeder verfolgt sein eigenes Programm.

In welchem (objektiven) Trainingszustand befindet sich Dirk Nowitzki am Ende der individuellen Saisonvorbereitung 2013?

Noch ist Dirk nicht im Top-Zustand, denn momentan rangieren die Treffer um die 80 Pro-

„Unser Konzept, die Vorbereitung und spezifischen Trainings gezielt alleine zu absolvieren, wurde inzwischen von vielen übernommen. Die Top-Profis engagieren in den USA auch Individualtrainer für spezielle Gebiete. Jeder verfolgt sein eigenes Programm.“

„Unser Ziel ist es, uns dem theoretischen Optimum bei vorgegebenem Talent anzunähern.“

zent. Der Wert ist in dieser Phase ziemlich gut. Wenn er seine Top-Form erreicht, steigt die Trefferquote aber auf 90 Prozent im Training.

Wie wird ein Dirk Nowitzki in die neue Mannschaft eingebaut?

Früher wurde er eingebaut, das war in den Anfängen, als er in der Lernphase war. Über die Jahre hat er sich einen Status erarbeitet, bei dem die Mannschaft um ihn herum aufgestellt wird. Bei den Dallas Mavericks entwickelte er sich zum Dreh- und Angelpunkt.

Pflegen Sie das individuelle Training während der Saison weiter?

Im ersten Jahr fuhr ich acht Mal nach Dallas, um Dirks Einstieg in die NBA zu begleiten. Heutzutage reise ich auf seinen Wunsch einmal für 7 bis 10 Tage vor Beginn der Saison hin. Damit streben wir einen guten Start an. Ende Januar bis zum All-Star-Weekend und vor den Play-offs fliege ich nochmal hin, um individuell mit ihm zu trainieren.

Worauf achten Sie dabei?

Mit der Zeit schleichen sich Nachlässigkeiten in die komplexe Technik ein, z.B. wird der Schuss flacher und die Trefferquote sinkt. Gerade bei ihm zählt im Prinzip jeder Wurf, denn er ist oft

einer der sogenannten „Go-to-Guys“. Diese Spieler ziehen in engen, wichtigen Situationen die Bälle auf sich und sollen ihrer Mannschaft trotz mehrfacher Bewachung zu Punkten verhelfen.

In der Teamsportart Basketball haben Sie mit Dirk Nowitzki Veränderungen durch individuelle Entwicklung bewirkt. Welche sind das?

Laut NBA hat Dirk fünf Neuerungen mitbewirkt. Diese Weiterentwicklungen wurden inzwischen von vielen Top-Profis übernommen.

Als "7-Footer" – 2,13-m-Mann – schoss er z.B. als Erster einen hohen Prozentsatz an Dreipunkte-Würfen. Davor wurden große Spieler fast ausschließlich in Korbnähe eingesetzt. Weiterhin führte Dirk eine Positions-Auflösung ein. Während früher große Spieler feste Positionen inne hatten, kann er auf mehreren Positionen spielen. Neben von Dirk eingeführten, speziellen Würfen, wie dem sogenannten „Flamingo-Shot“ oder dem „One-step-fade-away“, erhöhte er auch die Trefferquote für große Spieler beim Freiwurfschießen erheblich.

Was setzt die Konkurrenz in der NBA dagegen?

Um Strategien gegen die Dallas Mavericks zu entwickeln, steht bei den Gegnern immer die Frage im Raum: „Was machen wir mit Dirk?“. Die Los Angeles Lakers versuchten es 2011 in der Play-off-Runde mit sieben verschiedenen Spielern, um ihn in den Griff zu bekommen. Ohne größeren Erfolg, denn Dirk fand für jede Situation eine passende Lösung.

Welche Ziele haben Sie für die Zukunft und die Weiterentwicklung im Basketball?

Unser Ziel ist es, uns dem theoretischen Optimum bei vorgegebenem Talent anzunähern. Und die langjährigen Erfahrungen bestärken unser Bestreben, dass man die Sportsportart Basketball weiterentwickeln kann und sollte.

Was bedeuten diese Erkenntnisse für die Entwicklung junger Spieler und des Basketballs insgesamt?

Aufgrund unserer Erfahrungen plädiere ich dafür, Kids und Jugendlichen ein Umfeld zu schaffen, in dem sie ihren Sport weiterentwickeln können. Jede Generation sollte ihre Sportart ein Stück weiterbringen bzw. sie selbst neu erfinden können. Nur dann kann die Entwicklung vorangehen.

Danke für die Einblicke in das Training mit Dirk Nowitzki und ihre Auffassungen vom Basketball. Wir wünschen Ihnen viel Energie beim Betreuen der jungen Generation!

*

Die Autorin

Eva PFAFF ist Diplom-Psychologin und DTB-A-Trainerin. Von 1980 bis 1993 spielte sie als Tennisprofi auf der WTA-Tour.
 Anschrift: Eva Pfaff, Friedrich-Ebert-Str. 8, 61462 Königstein
 E-Mail: eva-pfaff@web.de; www.eva-pfaff.de

„Meiner Meinung nach könnten hochtalentierteste Spieler bereits mit 18 Jahren kurzfristig eingesetzt werden.“

Eva Pfaff im Interview mit Dirk Bauermann, Cheftrainer bei Lietuvos Rytas Vilnius (Litauen) und Trainer der polnischen Basketball-Nationalmannschaft der Herren



Image/Ulmer/Cramer

Dirk Bauermann musste seine aktive Basketball-Karriere mit 29 Jahren wegen einer Verletzung beenden. Danach erwarb er die A-Trainer-Lizenz und stieg ins Trainer-Geschäft ein. Seine Erfahrungen als Trainer resultieren aus der Zusammenarbeit mit verschiedenen Vereins- und Nationalmannschaften. In seine Zeit als Bundestrainer des Deutschen Basketball-Bundes (DBB) von 2003 bis 2011 fiel die Olympia-Teilnahme des DBB-Teams 2008 in Peking. Die folgenden Ausführungen ergänzen unser Hauptinterview von Holger Geschwindner um die Top-down-Perspektive.

Herr Bauermann, seit Anfang 2013 sind Sie Nationalcoach in Polen und Vereinstrainer beim BC Lietuvos Rytas Vilnius in Litauen. Wie schaffen Sie diese Doppelbelastung?

So eine Konstellation gehört wohl zu meinem Trainer-Schicksal, denn eine doppelte Belastung hatte ich schon während meiner Zeit in Deutschland. Als Bundestrainer habe ich bereits sieben Jahre lang Bamberg und den FC Bayern gleichzeitig mit der Nationalmannschaft betreut. Eine solche Doppelbelastung stellt eine enorme Anstrengung dar, aber es hat funktioniert und darauf kommt es am Ende an.

Welche Aufgaben hatten Sie in der Zeit als Bundestrainer beim DBB?

Ich habe mich auch in der Zeit der Doppelfunktion immer in einer konzeptionellen Verantwortung gesehen, insbesondere in den Bereichen Jugend und Trainerausbildung, die für die Weiterentwicklung unserer Sportart entscheidende Bedeutung haben. Ein Jahr der ausschließlichen Beschäftigung mit diesen Inhalten hat mir dann allerdings gereicht, deshalb die Entscheidung für den FC Bayern München ...

... waren Ihnen die Aufgaben zu langweilig?

Nein, die Aufgaben waren durchaus spannend und in der Zeit haben wir viel erreicht. Aber im Basketball steht der Liga-Betrieb im Mittelpunkt und die Nationalmannschaft spielt nur sechs Wochen im Sommer. In dieser kurzen Zeit finden alle internationalen Wettkämpfe, wie Qualifikationsspiele, Europa- oder Weltmeisterschaften oder Olympische Spiele, statt. D.h., von den 52 Wochen eines Jahres verbrachte ich relativ wenig Zeit mit Spielern auf dem Feld, sondern arbeitete mehr in Bereichen eines Sport-Direktors.

Welche Unterschiede sehen Sie zwischen Vereinskraften und einer Nationalmannschaft?

Als Vereinstrainer stelle ich gemeinsam mit dem Sportdirektor die Mannschaft im Rahmen eines vorgegebenen Budgets zusammen, die Auswahl an Spielern ist unvergleichlich viel größer, in der Nationalmannschaft ist das grundsätzlich anders. Die Auswahl für den Verein orientiert sich immer stark an der Spielkonzeption bzw. -philosophie des Trainers, in der Nationalmannschaft muss sich die Spielweise stark nach dem vorhandenen Spielermaterial richten. Der zweite Unterschied besteht in der Dauer der Arbeit mit der Mannschaft. Ein Vereinstrainer hat mehr Zeit, Spieler und Team zu entwickeln. Im Übrigen ist es noch einmal et-

Eingegangen: 27.4.2013

was ganz anderes, das eigene Land zu repräsentieren, das wird mir, um ehrlich zu sein, fehlen, auch wenn ich Polen und seine Menschen sehr mag.

Wie lange dauert es, eine gemeinsame Identität als Mannschaft zu entwickeln?

Basketball ist ein taktisch-strategisch komplexes Spiel, das eine hohe technische und athletische Qualität erfordert. Es gibt unzählige individual- und gruppentaktische Lösungsmöglichkeiten. Dieser Prozess benötigt Zeit, es braucht eine hohe Anzahl von Trainingseinheiten, um die notwendige Sicherheit in den Abläufen zu erreichen.

Wie viel Zeit steht Ihnen für die Saisonvorbereitung einer Mannschaft zur Verfügung?

Für die Saisonvorbereitung bei den Vereinen erhalten wir 6 bis 8 Wochen. Wenn man jedoch eine Mannschaft in weiten Teilen neu zusammengestellt hat, muss die Saisonvorbereitung entsprechend ausgeweitet werden. Dagegen sollte man die Vorbereitung einer gut eingespielten, erfahrenen Mannschaft – oder bei älteren Spielern – eher reduzieren.

Wie können Sie auf die unterschiedlichen Anforderungen eingehen?

Prinzipiell geschieht das Basketballtraining einer Mannschaft immer gemeinsam. Sonderfälle, wie z.B. ältere oder angeschlagene Spieler, bekommen mehr Zeit zur Regeneration. Individualisierte Inhalte haben wir im Bereich des sportartspezifischen basketballerischen Fertigkeitstrainings und beim Athletiktraining.

Wenn beispielsweise ein junger Spieler athletische Defizite hat, achten wir darauf, dass er in diesem Bereich gezielt trainiert. Insofern vereinbaren wir Ziele für die Zusammenarbeit, wie sich ein Spieler über die Saison entwickeln soll, welche kurz- und langfristige Ziele wir für ihn haben.

Ab welchem Alter können junge Spieler auf Bundesliganiveau spielen und welche Aspekte sollte man beachten?

Meiner Meinung nach könnten hochtalentiertere Spieler bereits mit 18 Jahren kurzfristig eingesetzt werden. Normalerweise brauchen die deutschen Spieler länger, bis sie – mit ca. 20 bis 22 Jahren – in der Bundesliga konkurrenzfähig sind. Sehr groß gewachsene Spieler brauchen viel länger, bis sie in ihren Körper hineinwachsen und koordinativ so weit sind, dass sie die athletischen Ansprüche im Basketball verkraften können, ohne Schaden zu nehmen. Und gerade bei leptosomen Typen dauert es, bis ihr Körper auf ein Krafttraining anspricht. In der Entwicklungsphase zwischen 18 und 22 ist die Kombination aus Teamtraining auf hohem Niveau, in-

dividuellem Techniktraining und möglichst viel Spielpraxis entscheidend. Da sind die Minuten wichtiger als die Spielklasse.

Was bedeuten diese körperlichen Vorgaben für die Entwicklung von jungen Basketballern?

Die Entwicklung eines Basketballers sollte langfristig angelegt werden, sodass er rundum auf die Anforderungen vorbereitet ist. Im Basketball spielen groß gewachsene Athleten auf sehr engem Raum gegeneinander. Deshalb ist es wichtig, dass im Athletiktraining ein junger Spieler Koordination und Rumpfstabilität übt.

Wie haben die Förderstrukturen des Deutschen Basketball-Bundes auf diese Anforderungen reagiert und welche Möglichkeiten bieten sie?

Seit 2006 werden die Spieler zwei Jahre früher gesichtet. Für das nationale Sichtungsturnier wurden inhaltliche Vorgaben gemacht, die Mittel wurden vom U20- in den U16/14-Bereich umgeschichtet. Gemeinsam mit der ING DiBa wurde das Projekt „Talente mit Perspektive“ ins Leben gerufen und wir haben einen gemeinsamen Lehrgang aller Jugendnationalmannschaften zu Beginn eines jeden Sommers durchgeführt.

Zeigt diese frühere Förderung schon Früchte?

Absolut, schauen Sie sich doch die hervorragenden Platzierungen aller Jugendnationalmannschaften, insbesondere der U16 und U20 in den letzten Jahren an. Aber natürlich sind dafür nicht nur die strukturellen Veränderungen im Verband verantwortlich, sondern auch die hervorragende Arbeit der Trainer. Von hoher Bedeutung ist aber auch das viel größer gewordene Engagement der BEKO BBL (Basketball Bundesliga) im Jugendbereich, das gemeinsame Projekt NBBL (Nachwuchs Basketball Bundesliga) und JBBL (Jugend Basketball Bundesliga) sowie die mittlerweile klare Perspektive Profibasketball, die ein hochveranlagter junger Spieler anders als noch vor sechs Jahren für sich entwickeln kann.

Das hört sich nach einer effektiven Jugendförderung an. Wie passt diese zu dem modernisierten Schulsystem?

Durch das G8-System geraten der gesamte Jugendleistungssport und der Leistungssport insgesamt in große Schwierigkeiten. Denn die Jugendlichen sind vor 16 Uhr nicht verfügbar. Und wenn sie dann zum Sport kommen, sind sie schon fix und fertig. Im Augenblick sind schulische und sportliche Ausbildung konkurrierende Systeme. Die Lösungen, die die Politik anbietet, sind vollkommen unzureichend. All das wird auf dem Rücken der jungen Athleten und der Familien ausgetragen. Das halte ich für einen unwürdigen und unzumutbaren Zustand.

Dann könnte man auch die Förderung weglassen oder was ist zu tun?

Meines Erachtens stehen wir in Deutschland im Leistungssport an einem Scheideweg. Die Frage lautet: „Wollen wir Leistungssport fördern oder nicht?“

Warum sehen Sie das Thema so kritisch?

Wenn sich sowohl die Basketballer als auch die Handballer nicht für Olympia 2012 qualifizieren, dann läuft doch etwas falsch...! Ich finde es geradezu blamabel, wenn Deutschland bei den großen Ball- oder Sportsportarten nicht einmal mehr zu den besten 12 Teams der Welt gehört. Diese Situation darf man nicht allein den Verbänden in die Schuhe schieben. Da geht es vielmehr um Strukturen und aus meiner Sicht um eine sportpolitische Ausrichtung bzw. politische Lösungen für den Leistungssport.

Gibt es weitere Bereiche, die im Sinne des deutschen Leistungssports verändert werden sollten?

Aus meiner Sicht hängt die weitere Entwicklung unserer Sportart stark von der Qualität der Jugendarbeit in den Profivereinen ab und von den Perspektiven, die junge Spieler haben, bei harter Arbeit einmal Profispieler zu werden. In diesem Bereich hat sich viel zum Positiven verändert, zum Teil ist die Arbeit und sind die Reformen vorbildlich.

Theoretisch hört sich das gut an. Wie sieht die Realität in den Profi-Ligen in Deutschland aus?

Grundsätzlich kümmert sich der DFB um den Vereinssport, die Förderstruktur für den Nachwuchs und die Nationalmannschaft. Unabhängig davon organisieren die Profi-Ligen den bezahlten professionellen Sport. In Profi-Sportarten wie Basketball, Handball oder Eishockey ist mittlerweile eine Menge Geld im Spiel. Bei den Teams herrscht ein existenzieller Druck, um in die Play-offs zu kommen oder z.T. „nur“ in der Liga zu bleiben. Dass es dennoch möglich ist, auch zukunftsorientiert zu denken und zu handeln, hat die Basketball-Bundesliga in den letzten Jahren bewiesen.

Wie sieht die Perspektive des Deutschen Basketballs aus?

Die Perspektive des Basketballs in Deutschland ist hervorragend. Die Nationalmannschaft wird sich auch ohne Dirk Nowitzki fest unter den Top 8 halten. Es rückt eine Vielzahl von Talenten nach, die Liga gehört mittlerweile zu den besten in Europa und der Verband ist strukturell und personell bestens aufgestellt.

Danke für das offene und kritische Gespräch! Für die Zukunft wünschen wir Ihnen alles Gute für die Arbeit im Basketball.