

Eva Pfaff

„In erster Linie liegt die Aufmerksamkeit auf einer soliden Nachwuchsarbeit...“

Interview mit Uwe Müssiggang, Cheftrainer Biathlon im Deutschen Ski-Verband (DSV) und DOSB-Trainer des Jahres 2010

Uwe Müssiggang studierte nach seiner aktiven Biathlon-Laufbahn an der Deutschen Hochschule für Körperkultur in Leipzig. Bereits in den 1970er Jahren betreute er Nachwuchsathleten in Chemnitz (seinerzeit Karl-Marx-Stadt) und Dresden als Trainer. Ab 1984 unterrichtete er vier Jahre lang als Jugendleiter und Trainer am Christophorus-Gymnasium in Berchtesgaden. Von 1988 bis 1990 trainierte Uwe Müssiggang die Biathlon Herrenmannschaft des DSV. 1991 wurde er zum Bundestrainer der Damen ernannt, und die von ihm betreuten Athletinnen erzielten 68 Medaillen bei Großereignissen. Am 1.5.2010 wurde er zum Cheftrainer Biathlon im DSV ernannt.

Eingegangen: 23.2.2011



Sie sprechen von Öffentlichkeit – Biathlon ist heutzutage ein Zuschauer-magnet. Was bedeutet diese Entwicklung für die Athleten und die Trainer?

Einerseits glaube ich, dass sich alle Leute im Biathlon über die öffentliche Wertschätzung freuen. Andererseits sind wir dadurch quasi „zum Erfolg verdammt“. Wenn wir telegen bleiben wollen, brauchen wir nennenswerte Erfolge und müssen immer wieder Sportler-Typen finden und fördern. Und in Bezug auf die Medien können wir uns nicht mehr nur um den Sport kümmern und sagen „alles andere interessiert mich nicht“.

Was bringt es Ihnen, wenn Sie den medialen Ansprüchen genügen?

Wir – Athleten, Betreuer und Trainer – werden angehalten, das Produkt Biathlon und die eigene Person möglichst gut zu „verkaufen“. Dadurch haben wir nicht nur die Bekanntheit der gesamten Sportart gesteigert, sondern auch die Qualität und die Möglichkeiten, unter professionellen Bedingungen zu arbeiten. Von diesen Bedingungen profitieren alle – die Top-Athleten, der Nachwuchs, der schon frühzeitig intensiver betreut werden kann, und wir als Trainer, weil auch unsere Arbeitsplätze aufgrund der Erfolge im Biathlon sicherer sind.

Dann leben Sie ja auf der 'Insel der Seligen' – Sie haben eine abgesicherte Arbeit und feiern stetige Erfolge mit Ihren Athleten!

Das mag zwar für den momentanen Zustand so aussehen – und ich würde ihn gerne festhalten. Nur, „wer rastet, der rostet“ – und das Konstrukt Biathlon könnte schnell kippen, wenn die Ergebnisse fehlen. Und wir wissen auch, dass der Deutsche extrem leistungsorientiert ist und einen Hang zu überzogenen Ansprüchen hat ...

... was bedeutet das für junge Athleten?

Junge Athleten müssen lernen, mit dem Anspruchsdenken in unserem Land umzugehen. Der Deutsche fordert immer Top-Leistungen von den „eigenen Athleten“ und es fällt ihm schwer, Leistungen anderer Nationen zu akzeptieren. In meinen Augen schauen wir in Deutschland zu sehr auf messbare Ergebnisse und zu wenig auf die individuelle sportliche Leistung eines Athleten. Für mich ist eine per-

Herr Müssiggang, zeitgleich zu Ihrer Berufung zum Cheftrainer gibt es in der Biathlon-Mannschaft einschneidende personelle Veränderungen ...

... so einschneidend wie Sie oder die Medien empfinde ich die Veränderungen nicht. Richtig ist, dass drei unserer Top-Frauen – Martina Beck, Simone Hauswald und Kati Wilhelm – nach der Weltcup-Saison 2010 aufgehört haben. Sie waren jahrelang ein fester Bestandteil der Mannschaft und jetzt kommen jüngere Athletinnen nach ...

... wie bekannt sind diese Team-Mitglieder?

Alle aktuellen Athletinnen verfügen – auch wenn einige von ihnen in der Öffentlichkeit (noch) nicht so bekannt sind – über jahrelange Erfahrungen im Weltcup und haben z.T. Siege und Platzierungen 'auf dem Stockerl'¹ erreicht. D.h., die Biathletinnen, die früher um die Positionen 6-7-8 gekämpft haben, sind seit diesem Jahr fest in die Mannschaft integriert. Ich nenne mal die Namen der „neuen Damen“: Tina Bachmann, Sabrina Buchholz, Juliane Döll, Miriam Gössner, Kathrin Hitzer.

¹ Anmerkung der Redaktion: Podestplatz, also 1., 2. oder 3. Platz

Was bedeutet diese Veränderung für Sie und die Athletinnen?

Für uns ist fast alles beim Alten geblieben, nur dass vorne drei Biathletinnen ihre Karriere beendet haben. Das waren Leistungsträgerinnen, die auch sehr viel Schatten gespendet haben. Das ist einer der Vorteile, wenn Weltklasseathleten aus einer Mannschaft im Rampenlicht stehen und der Rest des Teams nicht so beachtet wird. Da sage ich immer: „Seid froh, dass ihr im Schatten stehen und euch in Ruhe entwickeln könnt“. Denn es wird schwieriger und die Athleten bekommen den Leistungsdruck mehr zu spüren, wenn sie im Rampenlicht stehen.

Treten die nachwachsenden Athletinnen bereits aus dem Schatten der Top-Stars heraus?

Mit Andrea Henkel und Magdalena Neuner haben wir noch zwei Biathletinnen, die vorne stehen und Schatten spenden. Aber es ist nicht mehr so, dass die teaminterne Konkurrenz übermächtig ist. Und so steht für die nachrückenden Athletinnen die Tür ans Licht etwas weiter offen. Sie starten häufiger im Weltcup und stehen etwas mehr in der Öffentlichkeit.

sönliche Bestleistung schon ein Erfolg, auch wenn sie keinen Sieg bedeutet.

Kommen wir zurück zu den Neuerungen im Team. Was hat sich auf Seiten der Betreuer bzw. Trainer verändert?

Auch in diesem Bereich erscheinen die Veränderungen nach außen hin größer, als sie für das Team sind. Gerald Hönig, der auch schon länger als Trainer für den DSV im Nachwuchs gearbeitet hat, wurde als neuer Trainer (2007) verpflichtet. Mit Ricco Groß (seit 2010) und Fritz Fischer (seit 2004) haben wir zwei Ex-Top-Athleten im Trainerstab, die auch schon längere Zeit im Einsatz sind. Mit Diplom-Trainer Mark Kirchner kam der Heimtrainer der Oberhofer Sportler 2007 in das Team. Ricco absolvierte nach seiner aktiven Laufbahn den Diplom-Trainerschein an der Trainer-Akademie des DOSB und bringt damit neueste Erkenntnisse aus seiner Ausbildung mit in die Praxis. Insgesamt gibt es also kleinere strukturelle Veränderungen, aber es ist keine neue Situation entstanden.

Mit der Saison 2010/11 wurden Sie zum Cheftrainer ernannt. Welche Veränderungen wollen Sie einläuten?

Bisher hatten wir zwei parallel laufende Mannschaften: Damen und Herren. Der Herren-Bereich entwickelte sich früher zur Top-Disziplin und die Damen zogen nach. Nachdem der Bi-

Gemeinsam erfolgreich: Die arrivierte Andrea Henkel (2. von rechts) im Kreis ihrer Teamkolleginnen (Sabrina Buchholz, Miriam Gössner und Kathrin Hitzer, v.l.n.r.) konnte beispielsweise beim diesjährigen Biathlon-Weltcup in Antholz in der 4x6-km-Staffel den 3. Platz belegen.

imago/GEPA pictures

athlon der Damen 1992 olympisch wurde, gab es einen großen Aufschwung. Inzwischen besteht aus meiner Sicht auf internationalem Niveau Gleichwertigkeit bezüglich Attraktivität, Anerkennung, Außerdarstellung und vor allem Leistungsfähigkeit. Diese allgemeine Gleichstellung möchte ich auch auf die Biathlon-Mannschaft übertragen. Wir wollen als DSV-Team an den Start gehen, egal, ob es Damen oder Herren sind.

„Das ist einer der Vorteile, wenn Weltklasseathleten aus einer Mannschaft im Rampenlicht stehen und der Rest des Teams nicht so beachtet wird. Da sage ich immer: 'Seid froh, dass ihr im Schatten stehen und euch in Ruhe entwickeln könnt'“.

„In meinen Augen schauen wir in Deutschland zu sehr auf messbare Ergebnisse und zu wenig auf die individuelle sportliche Leistung eines Athleten. Für mich ist eine persönliche Bestleistung schon ein Erfolg, auch wenn sie keinen Sieg bedeutet.“

Wie setzen Sie eine „Gleichstellung“ um?

Das fängt z.B. auf der Führungsebene an. Wir haben einen gemeinsamen Trainer-Rat und die Athleten merken „hey, die Trainer arbeiten als Einheit, welche die Disziplin Biathlon betreut“. Diese Philosophie betrachte ich als eine unserer Aufgabenstellungen auf dem Weg in die Zukunft. Nur wird die Veränderung nicht von heute auf morgen geschehen, denn schließlich sind Damen und Herren bald 20 Jahre parallel gelaufen.

Wie können Frauen und Männer im Biathlon zusammen trainieren?

Was das Training betrifft, müssen wir schon Unterschiede machen und können nicht sagen: „Ab heute machen wir alles zusammen“. Dazu sind die körperlichen Voraussetzungen von Frauen und Männern einfach zu unterschiedlich. Es gibt eine ganze Reihe von Bereichen, in denen eine hohe Intensität gefordert wird, wo die Männer überlegen sind. Vor allem beim Ausdauertraining, beim Laufen, auf dem Rennrad oder auf dem Mountainbike – da kann man nicht davon ausgehen, dass die Frauen mit den Männern mithalten können.

Gibt es Bereiche, in denen Frauen mithalten können?

Ja, das sind Bereiche, die weniger mit körperlichen Fähigkeiten wie Kraft und Ausdauer zu tun haben. Wir führen z.B. Techniktrainings gemeinsam durch; dabei können Frau und Mann voneinander profitieren.

Im Grundlagenschießen – d.h. In-Ruhe-Schießen – gibt es zwischen den Geschlechtern keinerlei Unterschiede. Da gibt es eine Menge Übungsformen, wo sich ein gemeinsames Training anbietet, oder wir tragen kleine Wettkämpfe Mann gegen Frau aus.

Wozu wollen Sie die Gleichstellung fördern, wenn Sie nur einzelne Aspekte zusammen trainieren können?

Wir wollen das Know-how und unsere beiden schlagkräftigen Mannschaften integrieren und noch stärker machen. Das ganze System und die Trainerbesetzung zielen darauf ab, Trainingsgruppen nach Leistungen, nach Landesstützpunkten und schließlich nach Geschlecht zusammenzustellen. Insgesamt geht es in Zukunft vielmehr darum, den Zusammenhalt und das Gefühl „wir trainieren in einer Trai-





ningsgruppe im Stützpunkt oder in einer Lehrgangsguppe der Nationalmannschaft“ zu fördern.

Lassen Sie uns den Blick nach außen wenden. Wie sieht die Entwicklung der internationalen Konkurrenz aus?

Die Frage ist schwer zu beantworten, weil wir der internationalen Konkurrenz zumeist nur im Winter begegnen. Außerdem sind unsere Athleten z.T. selbst Weltspitze und daher versuchen wir, Maßstäbe zu setzen, statt der Konkurrenz hinterherzulaufen.

Der Cheftrainer arbeitet mit erfahrenen Kollegen zusammen, die – wie hier Fritz Fischer – selbst auf eine leistungssportliche Karriere im Biathlon zurückblicken können.

imago/Bild 13

Was bringt es, Weltklasse-Athleten in einem Team zu haben?

Für die Leistungsentwicklung ist es eine ideale Voraussetzung, weil sich alle – auch die jungen und unerfahrenen Athleten – jeden Tag mit der internationalen Spitze messen können. Magdalena Neuner bringt immer noch die besten Laufzeiten, und wenn eine Athletin in ihrem Bereich läuft – oder nur 1 oder 2 Prozent schlechter – gehört sie wahrscheinlich international zum höchsten Niveau. Dieses Leistungsniveau bestimmen wir, Gott sei Dank, seit über 20 Jahren.

... und wie hat sich der Biathlon insgesamt international entwickelt?

International hat sich der Biathlon-Sport extrem weiterentwickelt, aber die Leistungssteigerung geht mehr auf die Kappe von Einzelpersonen und nicht, weil große Mannschaften aufgetaucht sind. Bei den Frauen hat sich das internationale Leistungsniveau so verbessert,

Erfolge und Popularität gepaart mit institutioneller Unterstützung machen modern ausgestattete Trainingsstätten möglich: Uwe Müssiggang hat in der Skisporthele in Oberhof an 2 Monitoren mithilfe von 32 Kameras seine Athleten stets im Blick.

imago/Bild 13

dass im vergangenen Jahr 20 bis 25 Frauen in der Lage waren, Platz 1 bis 3 zu erreichen.

In welchen Ländern gibt es ein stärkeres Interesse am Biathlon und erfolgreiche Athleten?

In Österreich erhalten die Männer aufgrund ihrer Erfolge immer mehr Anerkennung und haben in Relation zu den Alpinen Skifahrern aufgeholt. In Russland soll Biathlon die Nummer-1-Wintersportart noch vor Eishockey sein – mich hat das jedoch ein bisschen überrascht! Norwegen ist weiterhin gut im Weltcup repräsentiert und in Schweden erhält Biathlon eine gute Aufmerksamkeit. Aber nach wie vor steht der Skilanglauf in den nordischen Ländern ganz oben im Interesse.

In Frankreich hat Biathlon etwas an Bedeutung gewonnen, aber die Athleten sind zu Hause kaum bekannt. Ansonsten gibt es vereinzelte Biathleten aus den Ostblockstaaten und kaum Asiaten (aus Korea oder China). Alles in allem zählt Deutschland seit Jahren zu den führenden Nationen.

Woher rührt die Stärke der deutschen Biathleten?

Der DSV hat sehr frühzeitig entschieden, „wir brauchen kompetente Trainer, Übungsleiter und Stützpunkte für unser Training“. Auch wenn wir gute Trainingsstätten oder schöne Stadien in Deutschland haben, dürfen diese Möglichkeiten nur eine untergeordnete Rolle spielen. In erster Linie liegt die Aufmerksamkeit auf einer soliden Nachwuchsarbeit, auch wenn das immer schwieriger wird ...

... welche Schwierigkeiten sehen Sie bei der Nachwuchsarbeit?

In den letzten Jahren gibt es immer weniger Kinder bzw. Eltern, die ihre Kinder in eine Ausdauer-Disziplin geben. Sie scheuen den zeitlichen Aufwand immer mehr. Hinzu kommt die Ungewissheit „kommen sie mal groß raus, und wenn ja, was passiert nach der Karriere?“. Zwar können die wenigen Top-Athleten mittlerweile vom Biathlon leben – aber wie viele sind das? Daher wird es eher schwieriger werden, Nachwuchssportler für Biathlon oder zeitintensive Ausdauersportarten zu begeistern.

Welche Fähigkeiten sollte ein Nachwuchssportler mitbringen?

Mittlerweile müssen Biathleten in beiden Teildisziplinen fast schon Spitzenwerte bringen. Früher durfte sich ein Athlet bei der Laufleistung höchstens 3 Prozent Rückstand einhandeln, um noch eine Chance zu haben. Inzwischen liegen wir im Spitzenbereich bei 1,5 Prozent, um in den Medaillenbereich zu gelangen – und mindestens 90 Prozent Trefferleistung. Früher haben wir mit 80 bis 85 Prozent Treffer-



leistung kalkuliert. Beide Richtwerte stellen Spitzenleistungen dar und es gibt momentan 25 Athleten, die Spitzenplätze erreichen können. D.h., Podestplätze erreichen nur Athleten, die in beiden Bereichen ein sehr hohes Leistungsniveau aufweisen können.

Gibt es Athleten, die auch heute noch Fehler im Schießen kompensieren können?

Es gibt Ausnahmen wie z.B. Magdalena Neuner. Mit ihren Laufleistungen kann sie sich den einen oder anderen Fehler leisten. Eine Strafrunde kann sie läuferisch einholen, aber schon die 2. Strafrunde kann auch für sie zu viel sein.

Gibt es solche besonderen Stärken auch bei den Herren?

Z.B. Ole Einar Bjørndal, Emil Hegle Svendsen oder Tarjei Bø rangieren beim Laufen im absoluten Spitzenbereich und erreichen zusätzlich gute Schießergebnisse. Aber um zu gewinnen, müssen auch sie Spitzenleistungen bringen, denn die Leistungsdichte bei den Herren verzehrt kaum Fehler.

Hat sich die körperliche Konstitution mit der Leistungsdichte verändert? Ich habe den Eindruck, die genannten Biathleten sind sehr drahtig.

Ja, diese Beobachtung trifft zu, aber nicht auf die Deutschen. Wir haben eher die größeren, athletischen Sportler. Die nordischen sind von Haus aus eher die feingliedrigen Typen. Aber im Biathlon gibt es keine Körperbaumerkmale, die man der Leistungsfähigkeit zuordnen könnte. Viel mehr als reine körperliche Fähigkeiten entscheiden andere Qualitäten über Erfolg und Niederlage.

Welche Qualitäten meinen Sie damit?

Im Biathlon brauchen wir ausgeprägte Willensqualitäten und Disziplin bis zum Umfallen. Das zeichnet einen Ausdauer-Athleten aus. Auch hier ist eine Aussage einer sehr erfolgreichen Sportlerin beispielhaft: „Wenn ich jemanden vor mir sehe, da kann ich zum ‚Schwein‘ werden. Das kann nicht sein, dass die vor mir ins Ziel kommt!“. Oder wenn man ihr gegen Ende eines Rennens Zwischenzeiten mitteilt wie: „Du bist 10 Sekunden hinten“, da kann man fast darauf wetten, dass sie diese 10 Sekunden einholt. Durch diese Motivation oder Willenskraft schafft sie es, die letzten Zehntel oder Sekunden herauszulaufen.

Nicht jeder Athlet ist so veranlagt. Kann man diese Willenskräfte im Training gezielt ansprechen?

Es gibt immer wieder Athleten, bei denen man Höchstleistungen herauskitzeln muss. Entweder schaffen sie es nicht alleine, an ihre Grenzen zu gehen, oder sie brauchen einen Impuls von außen. In so einem Fall machen wir im Training Vorgaben wie z.B.: „Du startest mit 10 Sekunden Vorsprung und wartest nicht, bis die anderen Dich einholen, die kommen automatisch und sind schneller“. Mit dieser Aufgabe war eine Athletin plötzlich auf einer 900-Meter-Runde 10 Sekunden schneller. Alleine hätte sie diese Laufzeit nicht erreicht.

Reißt das leistungsorientierte Umfeld den Athleten dann einfach mit?

In der Situation wird der Athlet mitgerissen oder er bricht zusammen. Es entsteht eine Entscheidungssituation – entweder ich bin in der Lage, diese Laufleistung zu bringen, oder nicht.

Bei dem vorhin beschriebenen Beispiel scheint die Willenskraft im Vordergrund zu stehen. Was passiert, wenn der Körper meldet „das tut zu sehr weh“?

Das ist egal, da gibt's kein Wehtun mehr, das merkt der Athlet/die Athletin in der Situation gar nicht mehr...

... wie, „das merkt er/sie nicht“?

... im Ziel spürt er/sie das vielleicht. Aber bis dahin gibt's nur einen Gedanken: „Ich will vor-“

„Insgesamt geht es in Zukunft vielmehr darum, den Zusammenhalt und das Gefühl 'wir trainieren in einer Trainingsgruppe im Stützpunkt oder in einer Lehrgangsguppe der Nationalmannschaft' zu fördern.“

„In den letzten Jahren gibt es immer weniger Kinder bzw. Eltern, die ihre Kinder in eine Ausdauer-Disziplin geben. Sie scheuen den zeitlichen Aufwand immer mehr. Hinzu kommt die Ungewissheit 'kommen sie mal groß raus, und wenn ja, was passiert nach der Karriere?'“.

„Im Biathlon gibt es keine Körperbaumerkmale, die man der Leistungsfähigkeit zuordnen könnte. Viel mehr als reine körperliche Fähigkeiten entscheiden andere Qualitäten über Erfolg und Niederlage.“

„Trotz aller Daten, Pläne und Programme haben wir es noch mit Menschen zu tun. Ich meine, der Anteil an weichen Faktoren an einer Leistung und deren Entwicklung ist sehr groß.“

bei“. In dieser Phase ist der Athlet lediglich damit beschäftigt, dieses Ergebnis zu erzielen, und es ist egal, welche Signale der Körper sendet. Das sind Willensqualitäten, die man hat oder nicht.

Kann man Willensqualitäten oder -kraft antrainieren?

Ja, aber nicht um jeden Preis und nicht in jeder Qualität. Man kann die Willenskraft schon ein Stück weit und auf lange Frist verbessern. Aber es gibt auch Grenzen.

Das hieße ja, dass man die meisten Aspekte trainieren und einen Athleten auf Leistung programmieren kann.

Leider – oder Gott sei Dank – stimmt die Behauptung „Du brauchst nur das richtige Trai-

ningsprogramm und den richtigen Trainer und schon bist du Weltspitze“ überhaupt nicht. Man muss sehr wohl erkennen, in welchen Bereichen man Stärken und Schwächen hat, welche davon sich kompensieren lassen und ob die gesamte Leistungsfähigkeit auf Top-Niveau in Relation zur Konkurrenz ausreicht.

Auf der einen Seite haben wir harte Faktoren, d.h. messbare Daten wie Lauf- und Schießleistung oder detaillierte Trainingsprogramme. Welche weichen Faktoren fließen noch in eine Leistung ein?

Trotz aller Daten, Pläne und Programme haben wir es noch mit Menschen zu tun. Ich meine, der Anteil an weichen Faktoren an einer Leistung und deren Entwicklung ist sehr groß. Denn jeder Athlet hat persönliche Probleme, ein persönliches Umfeld und Themen wie Schule, Ausbildung, Studium oder Arbeitgeber, die ihn und seine Leistung beeinflussen.

Können Sie uns konkrete Beispiele geben?

Beispielhaft ist das Thema Schule und Leistungssport. Ich habe im Nachwuchs gearbeitet und jedes Mal gespürt, wenn junge Athleten am nächsten Tag eine wichtige Prüfung hatten. Das hat sich oft direkt auf die Schießleistung ausgewirkt. Sie haben manchmal so schlecht geschossen, dass ich nach 10 Schuss gesagt habe: „Geh' laufen, Du bist mit dem Kopf ganz woanders“.

Ein anderes gängiges Beispiel sind Probleme mit der Freundin/dem Freund. Da Beziehungen auch zum Leben eines Athleten gehören, üben sie z.T. einen großen Einfluss auf die Leistung aus. Oder wenn Athleten mal länger gefeiert haben und man das als Trainer im Nachhinein erfährt oder es an den Leistungen merkt.

Wie reagieren Sie als Trainer auf solche Probleme oder Ereignisse?

Ohne das Problem zu kennen oder zu erfahren, was passiert ist, kann ich mir den nächsten Tag Gedanken machen, wie ich will. Aber wenn ein Athlet die ganze Nacht nicht geschlafen hat, nur SMS geschrieben hat und dann müde zum Training erscheint, brauche ich nicht zu überlegen, ob meine Trainingsmethodik stimmt oder nicht. Das sind Unwägbarkeiten, die praktisch täglich passieren können und die man als Trainer nur durch ein gutes Vertrauensverhältnis und offene Gespräche abklären kann.

Wie gehen Sie mit gesellschaftlichen Veränderungen und der Behauptung „die Jugend ist heute nicht mehr so motiviert“ um?

Ich würde mangelnde Motivation für den Leistungssport nicht pauschal der Jugend zuschreiben. Die Jugendlichen leben heute mit einem ganz anderen Druck – sie werden mit G8 durch die Schule gepaukt und hören ständig Nachrichten wie „die Arbeitsmarktsituation ist schwierig oder bei der Bundeswehr gibt es weniger Stellen“.

Jugendliche und deren Eltern machen sich heute schon früher Gedanken im Sinn von „wie

geht's mit mir mal weiter?“. So betrachtet, konkurrieren unsere Angebote im Leistungssport mit der Ausbildung und der Arbeitswelt. Und da mittlerweile bekannt ist, dass Sportler nur in wenigen Disziplinen Geld verdienen können, überlegen sie, ob es den Einsatz Wert ist.

Macht sich ein Jugendlicher mit 13, 14, 15 Jahren Gedanken oder sind es die Eltern?

In dem Alter haben wir ja noch viele Jugendliche. Aber wenn die Entscheidung näher rückt „mache ich Abitur, mache ich eine Berufsausbildung, gehe ich zu einer Behörde, kriege ich Angebote von irgendwo, wie geht es bei mir jetzt weiter?“, dann wird es ernst. Früher haben sie gesagt: „Ja, das geht schon irgendwie, die kümmern sich schon oder ich hab' Möglichkeiten da und da“. Aber heute macht man sich da mehr Gedanken.

Welche Möglichkeiten nutzen Sie im DSV für Ihre Biathleten?

Im Biathlon sind wir begünstigt, weil wir sehr viele Behördenangestellte haben und den jungen Sportlern, wenn sie es möchten, Behördenpositionen bieten können – also bei der Bundespolizei, dem Zoll oder der Bundeswehr.

Diese Angebote sind sicher beruhigend!

... als Trainer hat man ein gutes Gewissen, weil die Athleten durch diese Möglichkeiten eine Perspektive nach dem Leistungssport erhalten. Jeder Sportler, der in einer Behörde aufgenommen wird, erhält einen möglichen Karriereweg und finanzielle Sicherheit, wodurch wir ein Training unter professionellen Bedingungen anbieten können.

Gibt es Empfehlungen, die Sie in Bezug auf die Ausbildungen bei den Behörden machen?

Wir empfehlen unseren Biathleten, möglichst zügig ihre Lehrgänge bei den Behörden zu absolvieren, damit sie sich danach verstärkt bzw. 100-prozentig dem Leistungssport widmen können.

Warum legen Sie Wert darauf?

Das Lernen verlernt man mit der Zeit und man ist immer weniger gewohnt, die Schulbank zu drücken. Wenn Athleten 5, 6, 7 Jahre Leistungssport machen, fällt ihnen das Lernen wesentlich schwerer. Je später relativ anspruchsvolle Prüfungen anstehen, desto schwieriger wird es. Daher empfehlen wir immer: „Mach' die Prüfungen gleich!“, weil jüngeren Athleten das Lernen noch leichter fällt.

Ausbildungen bei den Behörden zu machen, bietet sicher Vorteile. Welche Möglichkeiten haben die Athleten danach?

Der „geordnete Behördengang“ ist sicherlich für uns die einfachste Alternative und diese Möglichkeit wählen die meisten Biathleten. Am Ende ihrer Sportkarriere haben sie dann die Wahl, sich als Beamter anstellen zu lassen oder einen eigenen bzw. anderen Weg zu gehen.

Anderer machen es wie Martina Beck: Sie hat erst eine Ausbildung bei der Bundespolizei absolviert und ist dann in einen Beruf, der auf ihrem familiären Hintergrund beruht, umgeschwenkt. Außerdem haben wir genügend Biathleten, die während ihrer Karriere behaupten: „Ich bleib' nie bei der Bundespolizei“. Aber mit dem Karriereende wird ihnen bewusst, wie

viele Vorteile eine Festanstellung und die Verbeamtung mit sich bringen, und dann bleiben sie dort.

Wie schätzen Sie die Kombination von Biathlon und Studium ein?

Eine Ausdauerdisziplin wie Biathlon mit einem Studium zu verbinden, ist in meinen Augen schwierig. Wir trainieren 3 bis 4 Stunden am Vormittag, 2 bis 3 Stunden am Nachmittag und dann folgt noch Physiotherapie. Außerdem brauchen die Athleten Zeit zur Regeneration. Da stellt sich die Frage: „Wo soll ich die Zeit für ein Studium hernehmen?“.

Was machen Sie, wenn ein Athlet sich trotz dieser Bedenken für ein Studium entscheidet?

Wenn ein Biathlet diesen Weg gehen will, dann akzeptieren wir das und versuchen, beide Bereiche unter einen Hut zu kriegen. Das kann aber auch bedeuten, dass wir unsere sportliche Zielstellung etwas herunterschrauben und uns mit weniger als einer Goldmedaille zufrieden geben müssen.

Gibt es auch Biathleten, die ein Studium in einer Doppelbelastung bewältigen?

Ja, eine Kati Wilhelm hat während ihrer Sportkarriere ein Fernstudium gemacht. Sie brauchte diesen geistigen Ausgleich und konnte das auch von ihrer Physis her verkraften. Während die anderen Athleten z.B. eine Mittagsruhe brauchten, verwendete sie die Zeit für Gespräche mit den Trainern und ihr Studium. Sie hatte ein straffes Zeitmanagement und die nötige Motivation für ein Studium – so hätten das die wenigsten geschafft.

Welche Empfehlungen können Sie angehenden Leistungssportlern in Bezug auf eine Ausbildung geben?

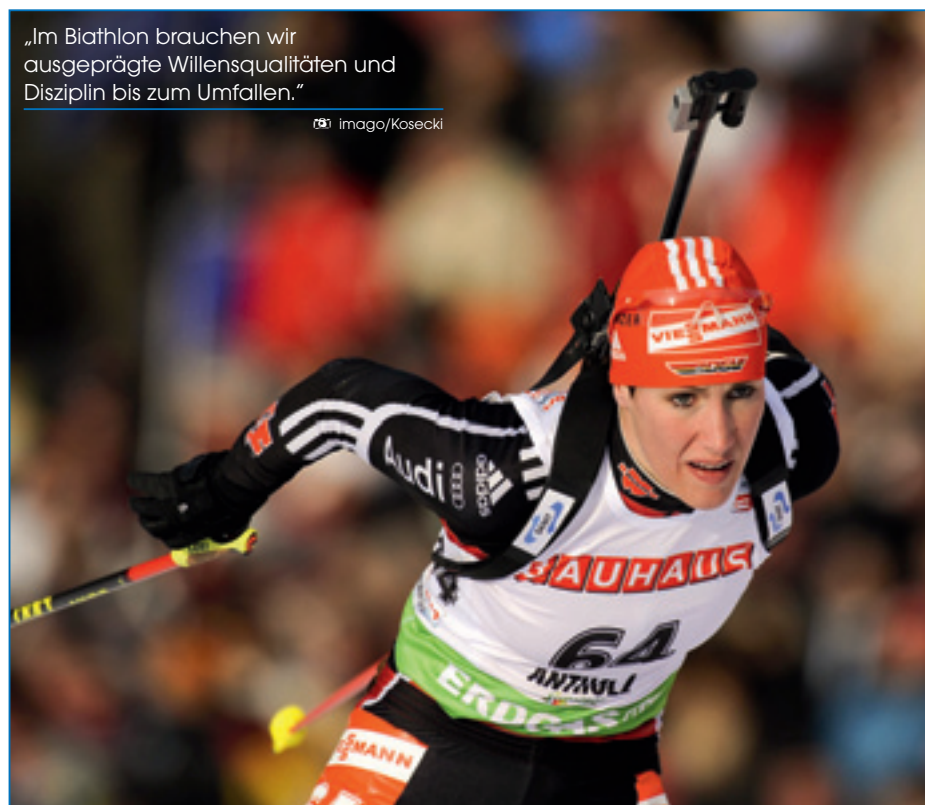
Zwar haben wir viele Beispiele und Erfahrungen im Biathlon gemacht, aber man sollte immer individuell entscheiden. Es reicht nicht, dass das Umfeld oder wir als Trainer eine Ausbildung oder ein Studium gutheißen. Der Athlet als Mensch mit seinen Ansprüchen, Wünschen und Zielen muss im Mittelpunkt stehen und seine Ambitionen in Sport, Beruf und Privatleben müssen zueinander passen. Um einen passgenauen Weg zu finden, sollte man sich intensiv mit dem Athleten und seinem Umfeld unterhalten und eine machbare Lösung vereinbaren.

Vielen Dank für das offene Gespräch. Wir wünschen Ihnen viel Erfolg und ein gutes Händchen für die nachfolgenden Generationen im Biathlon!

*

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



„Im Biathlon brauchen wir ausgeprägte Willensqualitäten und Disziplin bis zum Umfallen.“

imago/Kosecki