

Sporthilfe Magazin

1.2023

Schwimmen

Auf der Welle nach Paris

Hockey

Der Sonderweg der Honamas

Breaking & Co.

Die Neuen für Olympia



Sporthilfe

Leonie Beck
Freiwasserschwimmerin

Mercedes *me*



ZUM MERCEDES-BENZ STORE



MOBILES ENDGERÄT.

Mehr Bildschirmzeit: Das innovative MBUX Multimediasystem versteht sich kabellos mit Ihrem Smartphone. Mit Mercedes me genießen Sie digitale Extras im Großformat.

Class for every day. Die neue A-Klasse.



Mercedes-Benz

Für die Nutzung der Mercedes me connect Dienste müssen Sie sich eine Mercedes me ID anlegen und den Nutzungsbedingungen für die Mercedes me connect Dienste zustimmen.

Liebe Leser:innen,

gar nicht mehr so lange und die nächsten Olympischen und Paralympischen Spiele stehen vor der Tür – und das im wahrsten Sinne des Wortes. Endlich wieder Spiele in Europa! Paris 2024 wird etwas ganz Besonderes werden und die Vorfreude darauf ist nicht nur bei mir schon jetzt riesengroß.

Mein Ziel ist ganz klar, um die Medaillen mitzuschwimmen. Jede:r Athlet:in trainiert für diesen Augenblick – die heiße Phase hat längst begonnen. Für viele Sportler:innen heißt das: voller Fokus auf den Sport. Für mich funktioniert es hingegen am besten, wenn ich abseits davon auch etwas für den Kopf machen kann. Dann ist auch im Training und Wettkampf meine Aufmerksamkeit viel größer.

Im vergangenen Jahr wurde ich als „Sportstipendiatin des Jahres“ ausgezeichnet. Diese Ehrung bedeutet mir sehr viel, da sie neben dem Sport auch die studentischen Leistungen honoriert. Ich bin der Deutschen Bank und der Sporthilfe sehr dankbar dafür. Es unterstreicht einmal mehr, welche große Unterstützung die Sporthilfe mit ihren Partnern für uns Athlet:innen auch bei der parallelen Vorbereitung auf den späteren Beruf ist. Denn die wenigsten von uns können von ihrem Sport allein leben.

Ich denke, dass ich im Namen aller geförderten Athlet:innen sprechen kann, wenn ich sage, dass die Sporthilfe eine der größten und wichtigsten Partner an unserer Seite ist. Und dass wir alle unser Bestes geben, ihr für die meist jahrelange Unterstützung etwas in Form von Erfolgen – ob klein oder groß – bei den Olympischen und Paralympischen Spielen 2024 in Paris zurückzugeben.

Danke an alle Förderer und Fans, wenn Ihr uns weiterhin auf diesem Weg dorthin begleitet!



Eure Leonie



Leonie Beck wird seit 2011 gefördert, aktuell im Top-Team, mit der Mercedes-Benz Elite-Förderung und dem Deutsche Bank Sport-Stipendium. Nach ihrer Olympiapremiere als Beckenschwimmerin 2016 in Rio wechselte sie ins Freiwasser und schwamm 2021 in Tokio über 10km auf Platz fünf. 2022 wurde sie Europameisterin, gewann bei der WM Silber und mit der Staffel Gold. Für die Olympischen Spiele 2024 in Paris zählt die 26-Jährige zu den aussichtsreichsten Medaillenhoffnungen im Schwimmen.

Nationale Förderer



Premium-Partner



Gefördert durch:



aufgrund eines Beschlusses
des Deutschen Bundestages

Warm up	3
XXL	6
Zahlen & Fakten	12
Thema	
Deutsche Schwimmer:innen mit Zuversicht nach Paris	14
360 Grad	
Hockey: Der Sonderweg der Honamas	20
Nachgezählt	
Beeindruckende Trainingsleistungen	26
Wortwechsel	
Ruder-Olympiasieger Andreas Kuffner im Gespräch	28
Mixed-Zone	34
Sporthelfer	
Till Behnke, Mitglied im Sporthilfe-Gutachterausschuss	38
Kurz gefragt	
Acht Top-Athlet:innen geben Antwort	40
Sport und Beruf	
Mentorenprogramm als wechselseitige Inspiration	44
Para-Elite-Förderung	
Großer Schritt in Richtung Gleichstellung	48
Sporthilfe Alumni-Club	
Was macht eigentlich... Steffi Nerius?	52
Fundstück	
Basketball-Star Dirk Nowitzki enturzelt?	54
Schlaglicht	
Die Neuen in Paris	56
Hall of Fame des deutschen Sports	
Boris Becker und Michael Stich: Die großen Rivalen	62
Posteingang	64
Finale	66

Impressum

Herausgeber: Stiftung Deutsche Sporthilfe, Otto-Fleck-Schneise 8, 60528 Frankfurt/Main, Telefon 069/67803-0, Fax 069/67803-229, presse@sporthilfe.de

Sporthilfe-Redaktion: Florian Dubbel, Gero Emeling, Chantal Harreus, Lukas Herold, Simon Horn, Markus Respondek, Heike Schönharting (verantwortlich), Jane Sichtung, Emily Sonntag

Organisation und Anzeigenleitung: Munich Media Services, München, Telefon 089/94539661, marcus@munich-media-services.de

Konzeption und Gestaltung: TREND Werbung Ernst Blumrodt www.trend-werbung.de

Titelfoto: Luca Rimatori/@lucaeliorimatori

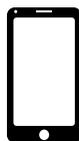
Fotos: picture alliance, DSV/Felix Diemer (S. 61), Isaac Morillas/BVDG (S. 37, rechts, Mitte), Robert Schlesinger (S. 28), Mario Stumpf (S. 12 oben), Sporthilfe, Partner und Athlet:innen

Druck: MedienSchiff BRuno

Print- & Medienproduktion Hamburg GmbH, www.msbruno.de



Mit freundlicher Unterstützung durch



Sporthilfe digital:

- ▶ sporthilfe.de
- ▶ hall-of-fame-sport.de
- ▶ facebook.de/deutschesporthilfe
- ▶ instagram.com/sporthilfe

WIR COACHEN ERFOLG

Als Nationaler Förderer coachen
und versichern wir unsere
deutschen Spitzensportler:innen.

VERSICHERN IST ROT. BERATEN IST GOLD.



Nationaler Förderer



Höhenflüge

Um sich für die Olympischen oder Paralympischen Spiele zu qualifizieren, wollen nicht nur (Stab-)Hochspringer:innen mit großen Höhen begeistern, im übertragenen Sinne streben alle Spitzenathlet:innen nach „Höhenflügen“. Und hält man sich zudem den bunten Sportarten-Mix vor Augen, der sich 2024 in Paris präsentieren wird, ist schnell ersichtlich, dass es in vielen Disziplinen nicht um Zentimeter oder Meter geht – wengleich auch hier BMX-Freestylerin Kim Lea Müller wie „E.T.“ in atemberaubender Höhe über den Dächern von München zu schweben scheint.

Die Bildagentur picture alliance unterstützt die Sporthilfe als „Medien-Partner und offizieller Fotopartner“. Damit hat die Sporthilfe Zugriff auf hochwertiges Fotomaterial, um in ihren Medien die Emotionen des Sports sowie die geförderten Athlet:innen perfekt zu transportieren. Darüber hinaus begleiten die Fotograf:innen der dpa-Tochter Events der Sporthilfe und setzen sie professionell in Szene.

Ihr Ansprechpartner:
 Michael Schrodtt
 Sales Manager, Corporate Clients
 schrodtt.michael@dpa.com
 +49 69 2716 34275
 www.picture-alliance.com

pa • picture alliance









Flugshow

In perfekter Kunstturn-Manier scheint Elisabeth Seitz am Stufenbarren die Gesetze der Schwerkraft nicht nur sprichwörtlich auf den Kopf zu stellen. Für 2024 peilt Deutschlands Rekordmeisterin in Paris ihre insgesamt vierte Teilnahme an den Olympischen Spielen an.



Luftsprünge

Die olympischen Surfwettbewerbe finden 2024 rund 15.760 Kilometer von Paris entfernt vor Tahiti statt. Leon Glatzer wird wohl nicht nur im Wasser den ein oder anderen imposanten Luftsprung machen, wenn er sich nach Tokio zum zweiten Mal für die Spiele qualifizieren kann.



3

Der Vertrag zwischen der Sporthilfe und dem Clubreiseveranstalter Aldiana wurde vorzeitig um drei weitere Jahre bis 2026 verlängert. Damit findet die renommierte Incentive-Woche Sporthilfe Club der Besten, mit der die Stiftung die Leistungen deutscher Top-Athlet:innen würdigt, auch in den kommenden Jahren in einem Aldiana Club statt – 2023 vom 23. bis 30. September im Aldiana Club Calabria.

11

Mit dem „Deutsche Bank Sport-Stipendium“ werden über 300 studierende Athlet:innen mit zusätzlich 300 Euro pro Monat gefördert. In diesem Jahr wird vom 7. bis 21. August in einer öffentlichen Online-Wahl zum elften Mal der oder die „Sport-Stipendiat:in des Jahres“ gesucht. Mehr unter www.sportstipendiat.de.

Sporthilfe in Kürze

1.000

Gemeinsam mit ihrem Partner PwC unterstützt die Sporthilfe im Förderprogramm ElitePlus seit Juni 2023 wieder olympische Medaillenaspirent:innen, die keine Sportförderstelle bei der Bundeswehr, Polizei oder dem Zoll innehaben, mit einer zusätzlichen monatlichen Förderung von 1.000 Euro. Trotz Studium, Ausbildung oder Beruf soll ihnen so eine optimale Vorbereitung auf die Spiele 2024 ermöglicht werden.

800

Der ehrenamtlich arbeitende Gutachterausschuss der Sporthilfe ist im Mai zu seiner insgesamt 800-ten Sitzung zusammen gekommen. Das hinsichtlich der Förderung wichtigste Sporthilfe-Gremium hat seit der Gründung der Sporthilfe in den zurückliegenden 56 Jahren der Aufnahme von über 55.000 Athlet:innen zugestimmt und für diese über 550 Millionen Euro Förderung bewilligt.

2.000.000

Aktuell engagieren sich mit einer Jahresspende von mindestens 7500 Euro über 300 Persönlichkeiten aus Wirtschaft, Politik und Gesellschaft im Kuratorium der Sporthilfe (siehe auch S. 37). Damit beträgt das jährliche Spendenvolumen des Kuratoriums in Summe gut zwei Mio. Euro.



10.000

Bei der neunten feierlichen Verleihung der Werte-Preise durch die Werte-Stiftung am 26. April 2023 in der Frankfurter Paulskirche wurden in Anwesenheit von über 500 geladenen Gästen aus Sport, Wirtschaft und Gesellschaft die mit 10.000 Euro dotierten Preise an das Bahnrad-Trio Lea Sophie Friedrich, Pauline Sophie Grabosch und Emma Hinze, an den Formel-1 Weltmeister und Greentech-Gründer Nico Rosberg sowie an Schwimmer Florian Wellbrock verliehen.

2

Weltklasse-Athlet:innen live erleben: In der zweiten Jahreshälfte 2023 können Sporthilfe-Förderer bei zwei Hautnah-Events – Klettern im August in München und Triathlon im Oktober in Saarbrücken – exklusive Einblicke in den Alltag Sporthilfe-geförderter Athlet:innen erhalten.

Für mehr Infos den QR-Code scannen:



Wahnsinnig wichtig

„Biathlon ist ein sehr kostspieliger Sport. Ski, Waffen sowie Munition kosten viel Geld. Die Förderung durch die Sporthilfe ist eine wahnsinnig wichtige finanzielle Unterstützung, da ich mir durch sie zum Beispiel besseres Material beschaffen kann.“



Biathletin Lisa Spark, ausgezeichnet als Juniorsportlerin des Jahres 2022

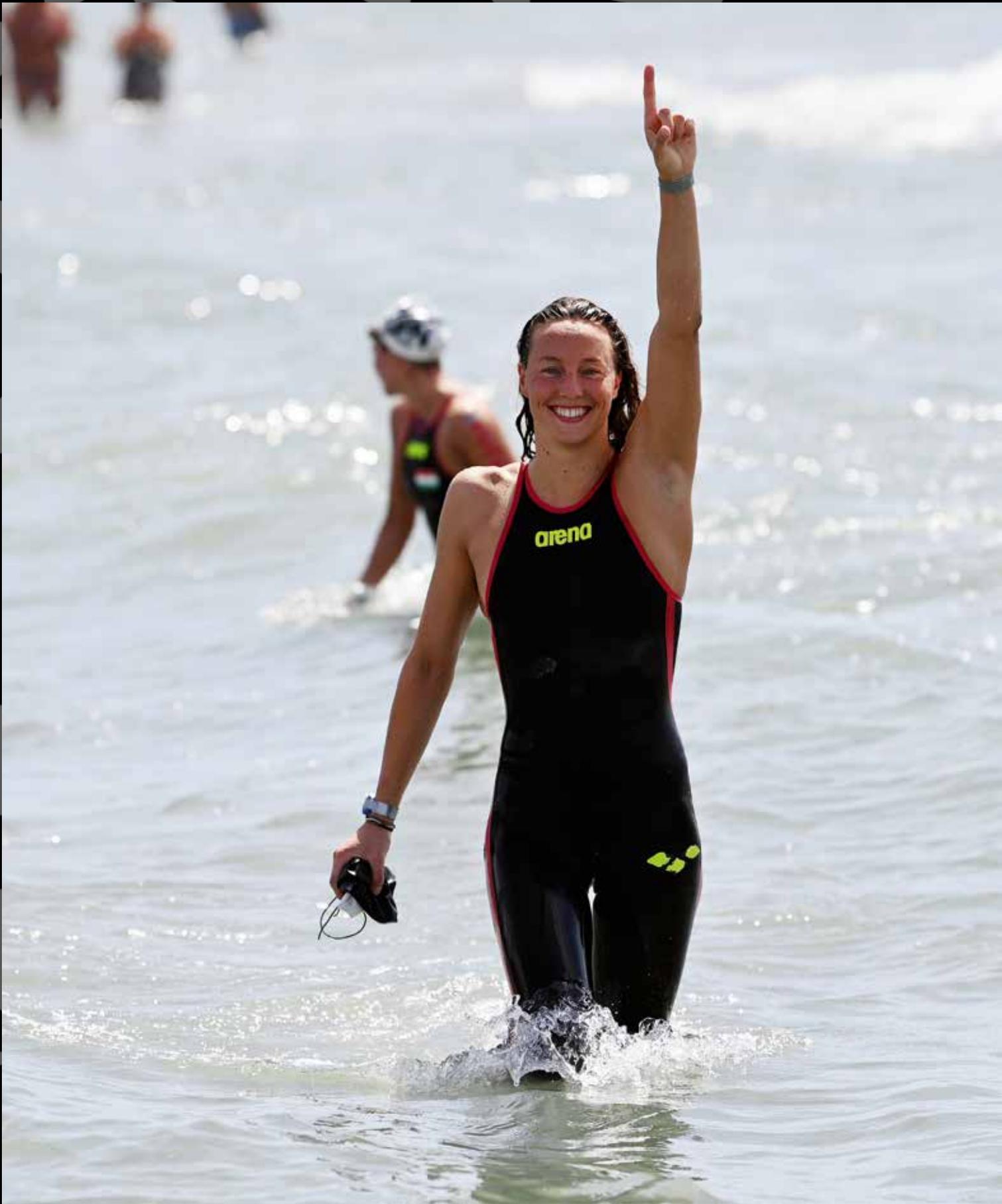


170.000

Der Sporthilfe Alumni-Club besteht aus ehemals von der Sporthilfe geförderten Athlet:innen, versteht sich als Netzwerk und Kontaktbörse über die sportliche Karriere hinaus und fördert den Austausch seiner Mitglieder untereinander und zur Sporthilfe. Zugleich unterstützen seine Mitglieder die Sporthilfe-Athlet:innen von heute in vielfältiger Weise – finanziell aktuell mit Spenden über 170.000 Euro pro Jahr.

2026

Christian Seifert bleibt bis Ende 2026 Vorsitzender des Sporthilfe-Aufsichtsrats, auch Schwimmlegende Franziska van Almsick wurde als Seiferts Stellvertretung im Amt bestätigt. Der Vorstandsvorsitzende der Deutschen Bank, Christian Sewing, wurde zum weiteren Stellvertreter gewählt. Der Aufsichtsrat hat außerdem den Vertrag mit Thomas Berlemann verlängert und den früheren Wasserball-Nationalspieler bis zum 31.03.2026 als Vorsitzenden des Vorstands der Sporthilfe bestellt.



Abgetaucht, aufgetaucht, über Wasser gehalten: Mit Zuversicht nach Paris

Der Olympiazyklus bis Paris 2024 befindet sich kurz vor der Zielgeraden, doch wie steht es um die Spurtstärke der deutschen Schwimmer:innen? Jüngste Erfolge auf internationaler Bühne lassen einen Aufschwung erkennen – wie weit reicht es bei den Olympischen und Paralympischen Spielen im kommenden Jahr? Für welche Ziele arbeiten Leonie Beck, Taliso Engel, Elena Semechin und Co. täglich mehrere Stunden?

Als eine der neun olympischen Kernsportarten gehört das Schwimmen seit den ersten Spielen der Neuzeit 1896 in Athen durchgängig zum olympischen Programm. Doch an die Bedingungen von damals, das Schwimmen im offenen Meer bei 13°C Wassertemperatur, erinnert bei den Wettbewerben heute nur noch wenig. Während das beheizte Chlorwasser im Becken konstante 26,5°C aufweist, steht es Freiwasserschwimmer:innen bei zu kühlen Temperaturen zumeist frei, sich mit einem Neoprenanzug vor der Kälte zu schützen.

Auch Leonie Beck greift gern auf den engen Einteiler zurück, wie etwa Mitte Mai bei ihrem zweiten Weltcup-Sieg in diesem Jahr. „Ohne Neopren bei 18° C ist für mich überhaupt nichts, weil das viel zu kalt ist, um eine gute Leistung zu bringen“, sagt sie. Nachdem die 26-Jährige 2022 WM-Silber über 10km Freiwasser sowie Gold in der 4x1,5 km-Staffel gewonnen hatte und zudem Europameisterin über 10 km Freiwasser geworden war, knüpft sie im vorolympischen Jahr nahtlos an diese Erfolge an. Berechenbar sei ein Sieg für sie jedoch nie, denn „jedes Rennen fängt von vorn an, ist eine neue Überraschung und ein neuer Erfolg“, sagt sie.

Seit fünf Jahren zählt Leonie Beck zu den Aushängeschildern im deutschen Schwimmsport, der nach den beiden medaillenlosen Spielen 2012 und 2016 international etwas abgetaucht schien. Auch sie selbst gehörte in Rio noch zu den enttäuschten Beckenschwimmerinnen – und suchte im Freiwasser eine neue Herausfor-

derung. Mit Erfolg: neben zwei EM-Silbermedaillen 2018 gewann Beck 2019 WM-Bronze und belegte bei den Spielen 2020 in Tokio einen guten 5. Platz im 10km-Rennen. Als erste deutsche Frau hatte sie es geschafft, sich sowohl für das Becken als auch für das Freiwasser bei Olympischen Spielen zu qualifizieren. Paris 2024 sollen nun nicht nur ihre dritten Spiele werden, sondern auch den Traum einer olympischen Medaille erfüllen.

Profitieren könne sie auf dem Weg dahin nicht nur von ihren über die Jahre gesammelten Erfahrungen, die sie auch taktisch cleverer schwimmen lassen, sondern auch von ihrem Trainingsumfeld in Rom. 2020 hatte sich Beck der international geprägten Trainingsgruppe um Italiens Schwimmstar Gregorio Paltrinieri angeschlossen und trainiert seither unter Fabrizio Antonelli in einer knapp 20-köpfigen Gruppe. Wie bereits bei ihrem Heimatverein in Würzburg – ihre „zweite Familie“, wie sie selbst gern sagt – stimme in Italien einfach die Chemie in der Gruppe und es gebe einen engen Zusammenhalt. „Schwimmen ist eine sehr harte und trainingsintensive Sportart. Deswegen ist mir persönlich sehr wichtig, im Training die richtigen Leute um mich zu haben“, sagt Beck.

Insgesamt stehen zehn Einheiten pro Woche auf dem Plan und der Alltag sei streng getaktet. Im Wechsel aus Training, Essen, Schlaf und Regeneration bliebe wenig Zeit für anderes – etwa ein Studium. Dennoch hat Beck auch das inzwischen erfolgreich abgeschlossen und wurde 2022 sogar als „Sportstipendiatin des Jahres“ ausge-



Anna Elendt, WM-Silbermedaillengewinnerin bei der WM 2022 über 100m Brust, studiert und trainiert seit 2020 in den USA

zeichnet. Den Preis empfindet sie als eine große Ehre: „Es zeigt mir, dass mein Weg mit dem Studium genau der richtige war. Nicht nur für die sportlichen Erfolge gefeiert, sondern auch noch für das Studium ausgezeichnet zu werden, ist etwas ganz Besonderes, davon werde ich meinen Kindern noch erzählen“, sagt sie, begleitet von einem warmherzigen Lachen.

Um im Kopf neben dem Sport weiterhin gefordert zu sein, geht Beck aktuell einem Erdkundestudium nach und lernt fleißig Italienisch. Betont aber zugleich, dass das Schwimmen ihr Job sei. Umso wichtiger sei für sie auch die Unterstützung der Sporthilfe, das für sie „einzige feste Einkommen seit Jahren“. Und vielleicht ist es genau diese Mischung aus Dankbarkeit und viel Fleißarbeit, die sie letztlich zu den großen Erfolgen führt – und vielleicht auch auf das Treppchen bei den Spielen in Paris 2024.

Darüber freuen würde sich auch Bernd Berkahn, Schwimm-Bundestrainer Langstrecke, der gleichermaßen aber auch Beckenschwimmer:innen und Kurzstreckler:innen betreut. Am Bundesstützpunkt Magdeburg hat er vor allem Spitzenathlet:innen wie Florian Wellbrock, Olympiasieger sowie mehrfacher Welt- und Europameister, den WM-Zweiten Lukas Märtens, Europameisterin Isabel Gose, Oliver Klement und den ukrainischen Spitzenschwimmer Mychajlo Romantschuk in seiner Gruppe. Allesamt zählt er zur „kleinen aber feinen Mannschaft, die international immer für das Halbfinale gut sind – oder sogar für eine Medaille“,

wie auch die WM-Zweite Anna Elendt und Europameister Lucas Matzerath. Innerhalb dieses Kreises habe sich eine gewisse Stabilität entwickelt.

„Auch wir Deutschen können schwimmen“

Zudem beobachte er etwa am Stützpunkt Berlin einen Aufschwung. „Hier haben sich in den letzten Jahren eine Vielzahl aussichtsreicher Athlet:innen konzentriert, die vor allem auch die deutschen Staffeln mit besetzen und wo eine gute Weiterentwicklung stattfindet – wie bei Angelina Köhler“, sagt Berkahn. Zusammen mit den etablierten Kräften gäbe es eine gute Basis und es seien positive Tendenzen erkennbar – wenngleich „wir noch nicht mit allen Entwicklungen gänzlich zufrieden sind“.

War der Status Quo im deutschen Schwimmen in den letzten beiden Olympiaperioden eher besorgniserregend, gewinnt er seit den drei Olympiamedaillen in Tokio 2020 – Gold und Bronze für Florian Wellbrock sowie Bronze für seine Ehefrau Sarah Wellbrock (geb. Köhler) – wieder an Zuversicht. Ein erstes Ausrufezeichen konnte etwa mit zehn gewonnenen Medaillen bei der WM 2022 in Budapest sowie zu Beginn des Jahres mit von Wellbrock und Märtens geschwommenen Weltbestzeiten gesetzt werden.

Begründen lässt sich der Aufschwung im deutschen Schwimmen unter anderem mit den Fortschritten, die in den letzten Jahren etwa in Bezug auf die Weiterentwicklung von Trainer:innen gemacht

werden konnten. Sowohl wissenschaftlich und strukturell als auch auf mental-psychologischer Ebene wurde versucht, vieles zu verbessern und die Heim-Trainer:innen mehr mitzunehmen. Und nicht zuletzt konnte auch eine der größten Hürden genommen werden: zu zeigen, dass es auch in Deutschland möglich ist, in der internationalen Spitze mitzuschwimmen und Medaillen zu gewinnen.

Langfristige Entwicklung und Sorgfalt mit Talenten

Denn wenngleich die Abwanderung einiger Athlet:innen ins Ausland nicht zu stoppen, im Einzelfall aber nachvollziehbar sei, sieht Berkahn vor allem im Nachwuchsbereich keinen Vorteil darin, sich etwa einem Colleteam in den USA anzuschließen. Statt kurzfristig auf maximalen Erfolg hin zu trainieren, werde im Deutschen Schwimm-Verband (DSV) entsprechend viel Wert auf eine langfristige Entwicklung und den sorgfältigen Umgang mit Talenten gelegt. Auch sei die Betreuung an den Stützpunkten mit einem sehr gut ausgebildeten Trainerstab und Betreuungsteam viel individueller. Und nicht zuletzt könne auch die Aufnahme internationaler Athlet:innen in die heimischen Trainingsgruppen für neue Impulse, Austausch und Kooperationen sorgen. Ein Paradebeispiel stellt hier der Leistungsstandort Magdeburg dar.

Auch sei es aus Sicht des Bundestrainers an den einzelnen Stützpunkten in Deutschland gut möglich, neben dem sehr zeitaufwendigen Training im Schwimmen parallel ein Studium voranzubringen. Nicht zuletzt auch dank der Förderung durch die Sporthilfe. Als „wichtige Säule im deutschen Sport trägt sie zu einem Großteil dazu bei, dass Athlet:innen den Leistungssport über

das Schulpflichtalter hinaus durchführen können und eine gewisse Sicherheit haben“, sagt er. Diese sei auch aufseiten der Trainer:innen wichtig. Denn nur wenn es gelingt, talentierten Nachwuchs in den Erwachsenenbereich zu führen, können dort entsprechende Erfolge auf internationaler Bühne gefeiert werden.

Was die Spiele in Paris 2024 betrifft, wolle Berkahn allerdings keine überschwänglichen Erwartungen schüren. Mit der langfristigen Ausrichtung auf 2028 werden es vor allem wieder die etablierten Topathlet:innen wie Wellbrock, Elendt, Beck und Märtens sein, die um die Medaillen mitschwimmen können – nicht mehr dabei sein wird Sarah Wellbrock, die ihre erfolgreiche Karriere im Juni 2023 beendet hat. Vorfreude herrsche aber im gesamten Team.

Jeder Finalplatz ist ein Erfolg

Denn während etwa die WM im August 2023 im fernen Japan stattfindet und vor allem eine Standortbestimmung und Qualifikationsmöglichkeit auf dem Weg zu den Olympischen Spielen ist, sei Paris nahezu „vor der Tür“ und biete die große Chance, dass sich auch viele sportbegeisterte Menschen in Deutschland davon mitreißen lassen und ein großes Olympia-Fieber entstehe. Und dann gilt es auch jeden Finalplatz zu feiern, denn „jeder einzelne Platz, den wir in Richtung Medaille nach vorne rücken, ist für uns ein großer Erfolg.“ Dies müsse dann auch medial entsprechend honoriert und den Menschen positiv vermittelt werden.

Ein Aspekt, den sich auch die deutschen Para-Schwimmer:innen mehr wünschen würden. Denn obwohl diese vor allem in den vergangenen Jahren zahlreiche Erfolgsmeldungen zu verkünden



Olympiasieger Florian Wellbrock gewann 2022 bei der WM insgesamt fünf Medaillen – zwei im Becken und drei im Freiwasser

hatten, finden internationale Erfolge in der breiten Öffentlichkeit kaum Beachtung. Umso mehr freuen sie sich dann über entsprechende Aufmerksamkeit während der Paralympischen Spiele – und wollen hier in Paris auch entsprechend überzeugen. Allen voran Elena Semechin und Taliso Engel.

Erfolgs-Abo für Taliso Engel?

Sobald er sich durchs Wasser bewegt, fühlt er sich schwerelos und frei. Dann ist er in seinem Element, macht sich das kühle Nass zu seinem zweiten Lebensraum. Wie beflügelt zieht Taliso Engel seine Bahnen – und schwimmt dabei einen Weltrekord nach dem anderen. 2002 mit einer Sehbehinderung geboren, fand der Brustspezialist 2009 zum Schwimmen. Im Alter von erst 16 Jahren gewann er über 100 Meter Brust mit EM-Bronze seine erste internationale Medaille, ein Jahr später folgte Gold bei der Para-WM in London – und das, obwohl er noch zwei Wochen zuvor krank war. 2021 wurde er erst Europameister und schließlich Paralympicssieger inklusive Weltrekord. Im November 2022 schwamm er in seiner Startklasse (S13) auf der Kurzbahn zudem drei Weltrekorde an nur einem Wochenende.

Ist Gold bei den Paralympischen Spielen 2024 somit nicht unausweichlich? Nicht, wenn auch ein Blick auf die Kehrseite der Medaille geworfen wird. Zwar verspüre er noch keinen Druck – wenn dieser komme, könne er aber gut damit umgehen –, doch wurde er Ende 2022 in aller Härte zurückgeworfen. „Der Dezember und Januar waren sehr hart für mich, ich konnte sechs Wochen lang gar nichts machen, weder im Wasser noch an Land“, erzählt er. Grund dafür war ist eine regelrechte Ärzte- und Krankenhausodyssee – ohne zufriedenstellendes Ergebnis.

Ausgehend von einer Mandelentzündung kurz vor Weihnachten 2022 im Trainingslager in der Türkei, entwickelte sich daraus eine

Mittelohrentzündung und endete mit einem Trommelfellriss. Bis heute kann Engel auf seinem rechten Ohr nichts mehr hören, die starken Gleichgewichtsstörungen haben sich inzwischen wieder stabilisiert. „Der erste Monat, nachdem ich wieder ins Training eingestiegen bin, war sehr schwierig – vor allem der Start und die Wende, aber auch das Atmen, wo sich der Kopf ständig hin und her bewegt. Ich bin dann viel Kraul mit Schnorchel geschwommen“, erinnert er sich.

Im April und Mai folgten dann aber wieder sehr gute Trainingsmonate und -werte. Anstatt sich über den unerklärlichen Hörverlust auf dem rechten Ohr zu ärgern – für einen Sehbehinderten eine zusätzliche Herausforderung, vor allem in einem Umfeld mit vielen Umgebungsgeräuschen – konzentriert sich Engel lieber auf seine Ziele. „Ich bin ein sehr positiv eingestellter Mensch, der immer sehr viel Freude hat und versucht, alles nicht ganz so ernst zu nehmen. Auch das Ganze mit meinem Ohr versuche ich so gut wie möglich wegzustecken und muss sagen, dass ich mich erstaunlich schnell daran gewöhnt habe.“

Spaß statt Verbissenheit als Erfolgsrezept

Mit aufsteigender Formkurve will er nun an sein altes Leistungsniveau anknüpfen, bei der WM im Spätsommer eine „ordentliche Zeit“ schwimmen und spätestens in Paris 2024 wieder mit vollen Kräften nach dem Titel greifen. Verbissen gehe er diese Mission jedoch nicht an, vielmehr wolle er „viel Spaß haben“ – so wie auch im Sporthilfe Club der Besten, bei dem er 2022 dabei sein durfte. Für dieses Erlebnis sei er sehr dankbar, gleichermaßen wie für die Förderung: „Die Sporthilfe ist insgesamt sehr wichtig für uns Athleten, denn sie hilft uns nicht nur finanziell, sondern auch beispielsweise in Form von Seminaren. Es ist wichtig, dass es so etwas im Sport gibt, da es auch eine gewisse Motivation für junge



Paralympicssieger Taliso Engel will sich nach zuletzt gesundheitlichen Rückschlägen spätestens 2024 wieder in alter Stärke präsentieren



Elena Semechin

Sportler ist.“ Dass diese ebenso im Fokus stehen wie die etablierten Spitzenathlet:innen, durfte Engel auch selbst schon erfahren. Seit 2017 gefördert, wurde er 2021 als „Juniorsportler des Jahres“ ausgezeichnet.

Die identische Ehrung für ihre starken Leistungen im Nachwuchsbereich erhielt auch Elena Semechin, 2013 unter ihrem Mädchennamen Krawzow. Bis heute gehört sie zu den erfolgreichsten deutschen Para-Schwimmerinnen, gewann über 100m Brust unter anderem Gold bei den Paralympischen Spielen 2021 sowie WM-Gold 2013 und 2019. Auf dem Papier erweckt ihre Leistungsstatistik schnell den Eindruck einer Bilderbuchkarriere. Doch was viel beeindruckender ist als die bloße Medaillenbilanz, ist die Geschichte dahinter.

Das Schwimmen einst mit 13 Jahren im Zuge des Sportabzeichens gelernt, wurde Semechin auf die Nationalmannschaft aufmerksam und war sofort gefesselt von deren respekteinflößendem Erscheinen. In dem Moment wusste sie, das Mädchen, das aufgrund ihrer Herkunft und ihrer Sehbehinderung bereits in jungen Jahren Mobbing und Ausgrenzung erfahren musste, dass sie mit dem Schwimmen endlich eine Chance hat, „etwas aus meinem Leben zu machen und allen zu

zeigen, dass ich etwas kann“. Der Profisport bot ihr die Möglichkeit, sich ihr eigenes Leben aufzubauen und zudem nicht nur die Welt zu sehen, sondern auch ganz oben anzukommen.

WM-Silber trotz Chemotherapie

Ausgerechnet auf den bisherigen Höhepunkt ihrer Karriere, Paralympics-Gold 2021, folgte jedoch unmittelbar darauf der wohl größte Schock ihres bisherigen Lebens. Bereits in Tokio hatte Semechin mit ersten Kopfschmerzen zu kämpfen, im anschließenden Paris-Urlaub kamen dann immer mehr Symptome dazu. Im Oktober 2021 gab die 29-Jährige ihre Krebserkrankung bekannt, im November folgte die OP des Hirntumors in der linken oberen Gehirnhälfte. Was die lebensfrohe Kämpferin aber nicht davon abhielt, nur zwei Tage zuvor ihren Trainer Philip Semechin zu heiraten. Ebenso wenig, wie die Rückkehr ins Becken und auf die internationalen Treppchen – trotz Chemotherapie.

Inzwischen steht sie wieder voll und ganz im Training und will ihre Goldmedaille bei den Paralympischen Spielen 2024 unbedingt verteidigen: „Ich trainiere nicht zehnmal in der Woche, um in Paris nur dabei zu sein“, lautet ihr klares Credo. Bei der WM im August wird sie, um ihren Körper noch ein wenig zu schonen und an die hohen Belastungen heranzuführen, nur über ihre Spezialstrecke, die 100m Brust, an den Start gehen.

Mit ihrer Geschichte sowie der unbändigen Lebensfreude und dem Ehrgeiz, der sie antreibt, ist Semechin für viele zum Vorbild geworden. Ihre Botschaft ist, „dass man nicht so schnell aufgeben soll. Die Menschen müssen mehr an sich glauben und auch etwas für ihre Ziele tun“, sagt sie. Zudem ruft sie dazu auf, trotz aller Perfektion auch mal das Gute zu sehen und dankbar und zufrieden zu sein. Noch heute erinnere sie sich daran, wie sie die ersten Fördergelder der Sporthilfe damals „in eine Schachtel gelegt und gespart“ habe. „Aus heutiger Sicht ist das schon niedlich, aber ich hatte ja nichts und die Sporthilfe war meine einzige Unterstützung. Ich habe es als eine Belohnung angesehen und es zu schätzen gelernt, dass sie mich von den ersten Schritten im Leistungssport an unterstützt hat“, erzählt Semechin.

Die Sporthilfe sei für sie ein Vorreiter in Puncto Vielfalt und Gleichberechtigung. „Es ist wichtig, dass olympischer und paralympischer Sport nicht separiert wird und den einen als den besseren Sport als den anderen ansieht. Wir haben alle die gleichen Ziele, trainieren alle gleichermaßen hart und bringen unsere Leistungen“, sagt sie. „In der Sporthilfe wird vorgelebt, dass alle Athlet:innen gleich sind – das ist auch eine wichtige Message nach außen, die Barrieren gegenüber Menschen mit Behinderung abbauen kann.“ Wie sehr auch der paralympische Sport, wie sehr sie als Para-Schwimmerin die Menschen begeistern kann, will Elena Semechin spätestens in Paris 2024 wieder unter Beweis stellen – und mit Edelmetall um den Hals für positive Schlagzeilen und Aufmerksamkeit sorgen.

Der besondere Weg

Während die meisten führenden Hockey-Nationen auf immer professionellere Strukturen zurückgreifen können und zentrale Programme fahren, muss die deutsche Hockey-Nationalmannschaft einen anderen Weg gehen. Mit Erfolg: Anfang des Jahres gewannen die „Honamas“ sensationell den Titel bei der Weltmeisterschaft in Indien.

Mats Grambusch muss schmunzeln. Nein, er und seine Nationalmannschafts-Kollegen bekommen vor einem Länderspiel Trikot, Strümpfe und Stutzen nicht fein säuberlich in der Kabine bereitgelegt, geschweige denn geputzte Schuhe. Sauberes Schuhwerk sind für den Mannschaftskapitän ohnehin das kleinste Problem, vielmehr stand er bis vor Kurzem noch vor der Herausforderung, dass er keinen Schuh-Ausstatter hatte. „Es gab Zeiten, da musste ich meinen Mitspieler Chrissi Rühr nach Schuhen fragen. Zum Glück hat sich das aber mittlerweile erledigt“, erzählt Grambusch mit einem Augenzwinkern. „Aber unabhängig davon: Ich glaube, dass jeder in der Lage sein sollte, sein Trikot selbst zum Spiel mitzubringen.“ Die Rahmenbedingungen der Hockey-Nationalmannschaft, das zeigt allein dieses Beispiel, sind weit entfernt von denen der Kollegen aus dem Fußball. Einen negativen Einfluss auf die Erfolgsbilanz hat dieser Umstand jedoch nicht. Seit Jahrzehnten ist Hockey die erfolgreichste Teamsportart Deutschlands und seit je her ein Medaillenfavorit bei internationalen Großereignissen.

4

Olympiasiege, drei WM- und acht EM-Titel stehen auf dem Konto der Honamas

10

aktuelle Nationalspieler gewannen 2013 unter André Henning die Junioren-WM

11

der zwölf Bundesliga-Vereine stellen aktuell mindestens einen Nationalspieler

12

Studenten befinden sich unter den 19 im Top-Team geförderten Athleten

Der gewonnene Weltmeistertitel Anfang des Jahres in Indien sorgte „trotzdem“ für außerordentliche Begeisterungstürme – bei den Spielern auf dem Platz, für die es nach dem von Torhüter Jean Danneberg abgewehrten Penalty gegen Titelverteidiger Belgien zum 8:7-Erfolg kein Halten mehr gab. Und ebenso in der Heimat, wo hunderte begeisterte Fans die Weltmeister bei deren Rückkehr am Frankfurter Flughafen empfangen und sich auch zu später Stunde um kurz vor Mitternacht beim anschließenden Empfang in Köln nicht davon abhalten ließen, Autogramme zu holen und Selfies zu machen. „So etwas habe ich noch nie erlebt, das war sensationell“, zeigt sich Timur Oruz, der im Finale immerhin bereits sein 107-tes Länderspiel bestritt, auch Monate später noch von der Begeisterung überwältigt. „Bei unserer Rückkehr wurde mir durch die vielen Fans erst richtig bewusst, was wir erreicht haben.“

Der WM-Titel ist selbst für die erfolgsverwöhnte Hockey-Nationalmannschaft etwas Besonderes. Es ist der Erste seit 17 Jahren. Auch der letzte EM-Titel von 2013 liegt



Nach der WM im Hockey-Land Indien wollen die Honamas auch bei der Heim-EM vor vollen Rängen die Fans begeistern

bereits zehn Jahre zurück, so dass der aktuellen Spielergeneration bis dato das Manko anhaftete, nicht mehr ganz oben stehen zu können. „Die letzten acht, neun Jahre waren bitter“, sagt Kapitän Grambusch, denn zu oft gingen die engen Entscheidungsspiele verloren. Dabei gilt die Mannschaft als eine der talentiertesten der letzten Jahre, „vielleicht sogar talentierter als die ein oder andere, die Olympia-Gold gewonnen hat“, lobt der aktuelle Bundestrainer André Henning. Gemeinsam mit seinem Betreuersteam arbeitete er deshalb zuletzt insbesondere daran, das Team wettkampfstabil und entscheidungssicherer zu machen. Dafür wurden die klassischen Hierarchien innerhalb der Mannschaft aufgelöst, damit sich jeder gemäß seiner Stärken einbringen kann. Mit Erfolg.

Während die anderen führenden Hockey-Nationen wie Indien, Australien, Belgien, die Niederlande und Großbritannien zentralisierte Programme fahren, bei denen die Nationalspieler regelmäßig bis zu vier Tage pro Woche gemeinsam trainieren, geht Deutschland einen Sonderweg. Ein Grund dafür ist der geografische Faktor. Anders als etwa in Belgien oder den Niederlanden können Deutsch-

lands Nationalspieler nicht aus allen Teilen des Landes zum täglichen Training zusammenkommen. Und in Ländern wie Indien oder Australien gibt es kein Ligasystem, dort werden die Spieler für das, was sie für ihr Land tun, von den Verbänden entlohnt – und das zum Teil fürstlich. Hierzulande sind die Clubs die Grundlage für jeglichen Hockeybetrieb. „Die Vereine sind neben der Sporthilfe unsere einzigen Förderer“, sagt Grambusch, „ohne sie würden viele Spieler bereits mit 24 oder 25 Jahren ihre Karriere beenden, um in den Beruf einzusteigen.“

Wie es beruflich weitergehen soll, bereitet Timur Oruz momentan schlaflose Nächte. Der Medizinstudent sollte zurzeit eigentlich in der Klinik stehen und Vier-Wochen-Blöcke absolvieren, aber „das ist in einem Jahr mit WM, EM und Olympia-Vorbereitung für mich nicht möglich.“ Stattdessen legt er Urlaubssemester ein, womit sich aber der Berufseinstieg weiter verzögert und die Chancen auf die später angedachte Selbstständigkeit sinken. Darum denkt der 28-Jährige aktuell ernsthaft darüber nach, sein Studium komplett zu canceln und etwas ganz anderes zu machen. Und auch Mats

Grambusch, der seit zwei Jahren dabei ist, seine eigene Immobilienfirma aufzubauen, muss Abstriche machen. „Die mache ich aktuell nicht im Sport, weil ich nach wie vor Weltklasse performen möchte, sondern im Job – und darunter leidet natürlich meine Selbstständigkeit“, sagt der 30-jährige frisch gebackene Familienvater und fügt etwas konsterniert hinzu: „Das ist eben so, wenn man Leistungssportler ist.“

Ein Lichtblick im Alltag der Athleten: die Unterstützung aus Frankfurt. „Die Sporthilfe spielt für uns eine gigantische Rolle“, so Grambusch, „wenn es die Sporthilfe nicht gäbe, wüsste ich nicht, wie wir es schaffen sollten, die Nationalmannschaft weiterhin in der Form aufzustellen.“ Sie sei zum einen die finanzielle Grundversorgung, zum anderen schätze das Team die Angebote im Bereich der beruflichen Entwicklung, vom Nachhilfe-Unterricht bis hin zum Mentorenprogramm. Mit dieser Unterstützung im Rücken geben die Nationalspieler weiter Vollgas, „aus Liebe und Leidenschaft für unseren Sport“, wie Oruz betont. „Bei allen Widrigkeiten, die der hohe Einsatz mit sich bringt, möchte ich das alles nicht missen und bin stolz und froh, Teil dieses Teams zu sein.“

Exakt diese Einstellung schätzt der Bundestrainer an seinen Spielern: „Die Lust auf Entwicklung und Erfolg und maximale Eigen-



Die Sporthilfe spielt für uns eine gigantische Rolle, ohne sie wüsste ich nicht, wie wir die Nationalmannschaft weiterhin in der Form aufstellen könnten.

Mats Grambusch

motivation sind das, was wir brauchen“, so Henning, der den scheinbaren Nachteil eines dezentralen Systems in einen Wettbewerbsvorteil umdrehen möchte. Denn einerseits müssen die Athleten zwar eine extreme Eigenverantwortung mitbringen, da er „nicht morgens an der Bettdecke ziehe“, damit sich die Jungs ein gutes Frühstück machen und dann zum Frühtraining gehen. Andererseits bringe das System aber eben auch viele Freiheiten mit sich. Wer das für sich erkenne, könne viel zusätzliche Energie daraus ziehen.



Das Team um Kapitän Mats Grambusch mit dem begehrten WM-Pokal



„Leistung. Fairplay. Miteinander.“ par excellence

Die Sporthilfe unterstützt die Spieler des erfolgreichen Weltmeisterschaftskaders aktuell über die Top-Team- sowie die Mercedes-Benz Elite-Förderung. Die studierenden Athleten können zudem das Deutsche Bank Sport-Stipendium erhalten. Im Juni 2023 hat der Sporthilfe-Gutachterausschuss darüber hinaus die Aufnahme in die ElitePlus-Förderung bewilligt. Mit diesem besonderen Förderbaustein unterstützt die Sporthilfe gemeinsam mit ihrem Nationalen Förderer PwC Medaillenkandidat:innen in der unmittelbaren Vorbereitung auf kommende Spiele. Für Hockey als Teamsportart werden dafür zusätzlich 11.000 Euro pro Monat als Pool-Förderung bereitgestellt, die das Team im Sinne des Sporthilfe-Wertedreiklangs „Leistung. Fairplay. Miteinander.“ untereinander verteilt.

Und dennoch: Rund 100 Tage im Jahr kommen die „Honamas“ im Rahmen von Länderspielen, Welt- und Europameisterschaften und nicht zuletzt in Vorbereitung auf die Olympischen Spiele zusammen. Auch als aktueller Weltmeister muss sich das Team für das große Ziel im kommenden Jahr noch qualifizieren. Die erste Chance bietet sich bei der Heim-EM im August in Mönchengladbach, bei der sich allerdings nur der Europameister das Ticket für Paris sichern kann. Und wer sich im Hockey ein wenig auskennt, weiß: Die Konkurrenz ist mit Belgien, den Niederlanden, Großbritannien und auch Spanien allein auf dem heimischen Kontinent enorm, das Spielvermögen auf Weltklasse-Niveau. „Zwischen Viertelfinale und Finale ist alles drin“, sagt der Bundestrainer. Wie schon bei der WM wird es die Aufgabe sein, „vermeintliche Kleinigkeiten so zu drehen, dass die knappen Spiele gewonnen

werden“. Bis zu 10.000 Zuschauer in einem vollbesetzten Hockey-Stadion könnten das Übrige dazu beitragen. Die Nationalmannschaft will die Euphorie nutzen, den der WM-Titel in Deutschland entfacht hat – über die „Hockey-Bubble“ hinaus: Nicht nur dass, sondern die Art und Weise, wie der WM-Titel gewonnen wurde und wie das Team aufgetreten sei, habe viel Begeisterung entfacht. „Viele Menschen, die ansonsten kein Hockey schauen, finden es cool, dass da eine Nationalmannschaft ist, die für etwas steht und Vorbildcharakter hat“, ist Henning überzeugt. Entsprechend selbstbewusst betont Kapitän Mats Grambusch die eingangs erwähnte Bodenständigkeit des Teams: „Bei uns weiß jeder, welches Trikot er für welches Spiel einpacken soll und wird auch weiterhin seinen Schläger sauber machen und die Schuhe selbst zum Spiel mitbringen.“

Schwimmen kann man nicht theoretisch lernen. So ist das auch mit der digitalen Transformation.

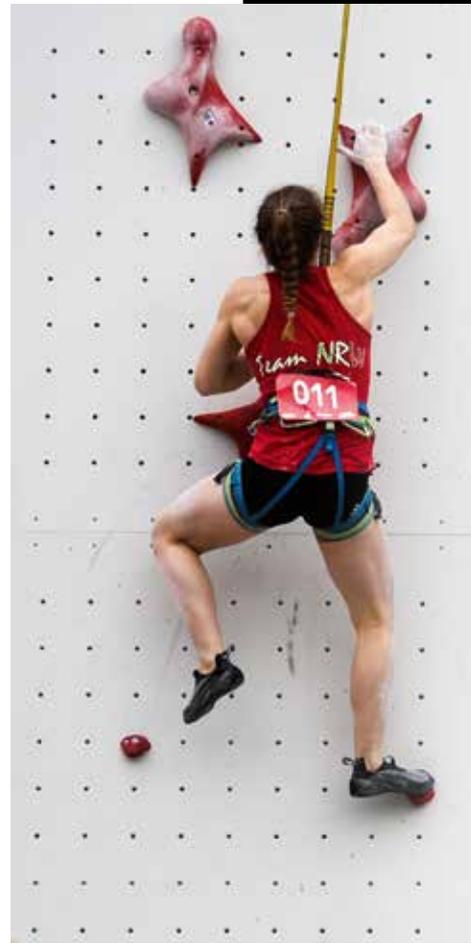


Vertrauen Sie auf ein Team, das sich selbst stets weiterbildet und entwickelt, um neue Produkte und Services für Ihr Unternehmen zu bieten, die es bei der digitalen Transformation voranbringen. So schaffen wir gemeinsam mit Ihnen nachhaltige Werte und Vertrauen – heute und in Zukunft.

www.pwc.de/beratungdigital

Viele Wege führen nach Paris

Um sich den großen Traum von einem Start bei den Olympischen und Paralympischen Spielen zu erfüllen, bereiten sich Deutschlands beste Athlet:innen jahrelang und maximal intensiv auf das Großereignis vor. Wenn dann bei ihrem Auftritt auf der Weltbühne alle Augen auf sie gerichtet sind, liegen unzählige Trainingsstunden hinter ihnen, in der Regel unter Ausschluss der Öffentlichkeit. Ein exemplarischer Blick hinter die Kulissen lässt erahnen, wie viele Trainingskilometer, -Sprünge und -Würfe, -Schläge, -Schüsse, -Schrauben und -Saltos allein innerhalb eines Jahres hinter den gezeigten Spitzenleistungen stecken.



1.850

Stunden jährlich sitzt das Bahnrad-Trio Emma Hinze, Lea Sophie Friedrich und Pauline Grabosch jede für sich auf dem Sattel, um im Pariser „Vélodrome National“ in Topform zu sein. Ihre Durchschnittsgeschwindigkeit im Training auf der Bahn beträgt dabei 69km/h – damit werden die dreifachen Weltmeisterinnen auf der knapp zwei Kilometer langen Champs-Élysées von jedem Radar-Blitzer erfasst.



2.400

Für intensive Trainingseinheiten benötigt Para-Triathlet Martin Schulz bis zu 400 Gramm Kohlenhydrate, um seinen Energiebedarf beim Schwimmen, auf dem Rad und beim Laufen zu decken. Auf's Jahr umgerechnet könnte er dafür 2.400 Croissants zu sich nehmen – wenngleich das beliebte Kult-Gebäck aus Frankreich als suboptimale Nährstoffquelle sicherlich nicht allzu oft auf seinem Speiseplan steht.





1.700

Mal erklimmt Franziska Ritter im Laufe eines Trainingsjahres die 15 Meter hohe Speed-Kletterwand – im Idealfall in der deutschen Rekord-Zeit von 7,32 Sekunden*. Bei gleichbleibender Geschwindigkeit würde sie die 49,45 Meter hohe Fassade des Arc de Triomphe in Paris in 24,13 Sekunden hinaufklimmen.

* Stand Juni 2023



100.000

Vom 10-Meter-Turm absolvieren Wasserspringer:innen wie Elena und Christina Wassen oder Timo Barthel im Laufe eines Trainingsjahres durchschnittlich 2.600 Trainingssprünge und steigen dafür insgesamt mehr als 100.000 Treppenstufen nach oben. Zum Vergleich: Auf den 330 Meter hohen Eiffelturm führen 1.710 Stufen, wovon Besucher:innen heutzutage 740 benutzen können und den Rest mit dem Aufzug zurücklegen.



3.000

Tonnen stemmt Gewichtheber Nico Müller im Laufe seiner 60-wöchigen Olympiavorbereitung. Pro Woche reißt und stößt er somit durchschnittlich 50 Tonnen – und damit mehr als das Gewicht der sogenannten „Liebesschlösser“, die 2015 an der Ponts des Arts entfernt werden mussten. Das Gelände der Pariser Brücke drohte unter der angesammelten Last von 45 Tonnen einzustürzen.



Jedes der acht Mitglieder im Deutschlandachter trainiert in der zwölfmonatigen Olympia-Vorbereitung 5.500 Kilometer auf dem Wasser, hinzu kommen noch umgerechnet rund 1.500 Kilometer auf dem Ruderergometer. Übertragen auf die Seine, die auf einer Länge von 13 km durch Paris fließt, könnte das deutsche Flaggschiff darauf rund 540-mal die französische Hauptstadt durchqueren.

7.000





„Ich war emotional nicht vorbereitet“

Andreas Kuffner gewann als Mitglied des Deutschlandachters 2012 olympisches Gold in London, parallel dazu absolvierte er erfolgreich sein Studium. Ein Gespräch über den Übergang vom Sport in den Beruf, die Überwindung depressiver Phasen und Entwicklungspotentiale im deutschen Sport.

Andreas, Du hast parallel zum Sport Deinen Master in Wirtschaftsingenieurwesen erfolgreich abgeschlossen. Warst Du damit gut vorbereitet auf die Zeit nach der sportlichen Karriere?

Auf dem Papier sah es so aus, als wäre ich bestens gerüstet für das, was da kommt. Aber ich war emotional nicht vorbereitet. Ich wusste zu dem Zeitpunkt weder, was „Karriere“ für mich bedeutet, noch, was ich will nach dem Sport. Für mich hat es sich nach einem komplett neuen Leben angefühlt. Es war das Gefühl da, außer Rudern nichts zu können. Selbst das Studium habe ich für mich als nicht hochwertig eingestuft. Für mich war überhaupt nicht mehr klar, wer bin ich.

Haben Dir in dieser Situation Problemlösungsansätze, die Du im Sport gelernt hattest, geholfen?

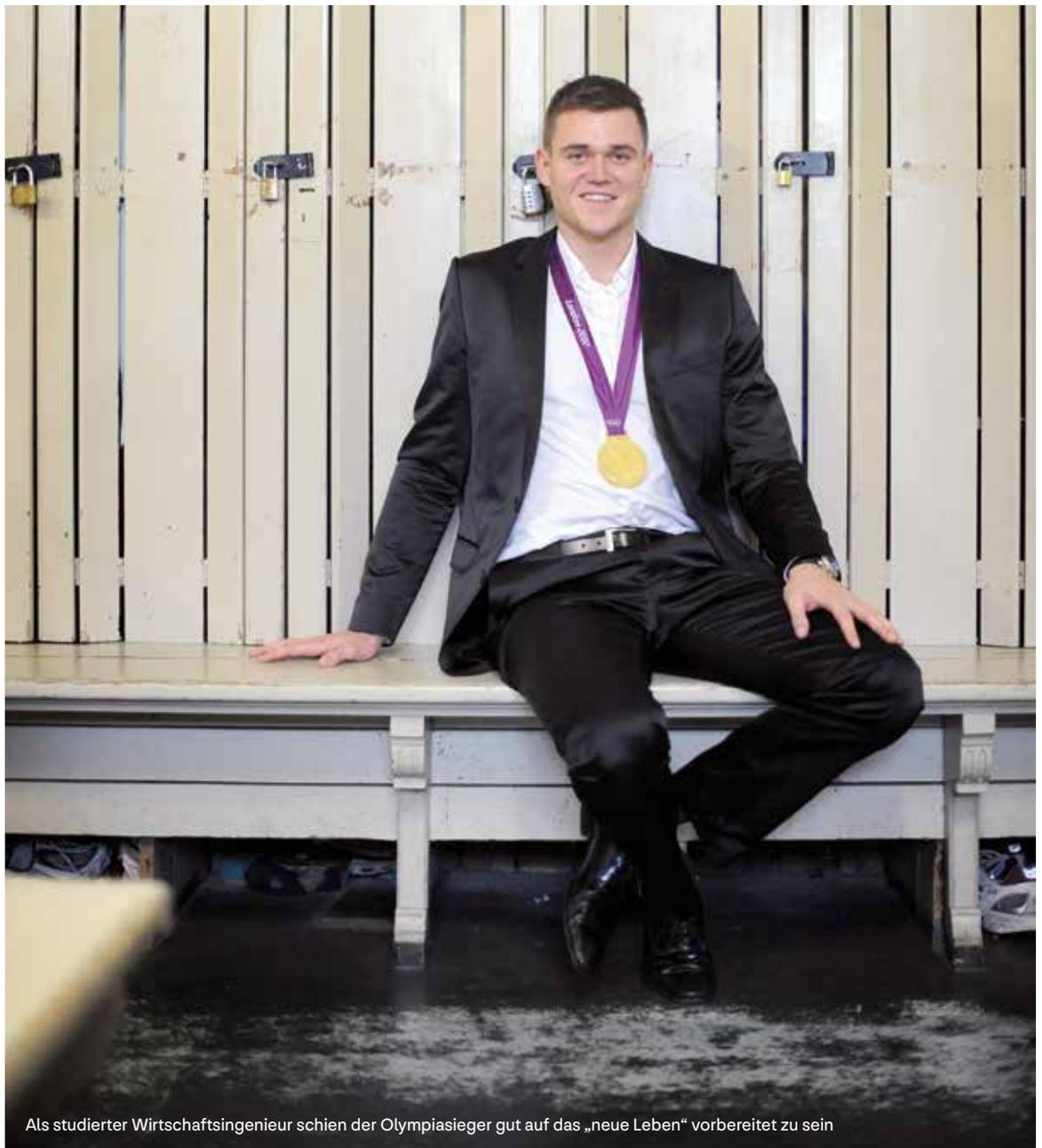
In der Situation war vielleicht sogar das Gegenteil der Fall. Durch den vorherigen Erfolg im Sport habe ich eine Drucksituation gespürt. Ich hatte das Gefühl, als Olympiasieger musst Du jetzt auch sehr schnell in einem anderen Feld erfolgreich sein. Deshalb habe ich mir auch nicht erlaubt, eine gewisse Unsicherheit zuzulassen. Aus dem Sport hatte ich gelernt, das nicht zu zeigen. Und so habe ich das im „neuen Leben“ übernommen. Aber in Wirklichkeit fühlte ich mich sehr verloren, teilweise hatte ich ein Ohnmachtsgefühl und richtig depressive Phasen.

Wie bist Du da wieder herausgekommen?

Ich habe eineinhalb Jahre in dem Feld gearbeitet, das ich studiert hatte. Im Rahmen von Weiterbildungen habe ich dann einen Coach kennengelernt. Ich wusste damals, es muss sich etwas ändern, deshalb habe ich sie in der Folge privat gebucht. In den Coachings ging es sehr viel um Selbstreflexion, um die Frage, was kann ich, was will ich, was wird draußen gebraucht. Sprich inwiefern treffen meine Interessen auf ein Feld, in dem ich auch wirksam sein kann. Das war ein Prozess über mehrere Monate, in dem ich mich dann entschlossen habe, berufsbegleitend eine Ausbildung zum Systemischen Coach zu machen. Anschließend habe ich den Job gewechselt und mich als Berater anstellen lassen, bevor ich mich dann selbständig gemacht habe.

Was hättest Du Dir im Rückblick mehr gewünscht?

Ein Programm, das wir jetzt gemeinsam mit der Sporthilfe anbieten (lacht). Aber im Ernst, deswegen haben wir den Zukunftsworkshop u.a. ins Leben gerufen. Zum anderen wäre ich gerne schon früher so weit gewesen, mir zu erlauben, ein Stück Verletzlichkeit zu zeigen und auch mal Tempo rauszunehmen. Ich glaube, das Wichtigste beim Übergang aus dem Sport ist, auch mal ergebnisoffen nach vorne zu gehen, ohne zu sehr den Plan zu fokussieren. Gerade wenn der Druck von außen und von einem selbst eher dazu rät, sich jetzt schnell



Als studierter Wirtschaftsingenieur schien der Olympiasieger gut auf das „neue Leben“ vorbereitet zu sein

auf die nächste Ebene zu begeben. Und dieses Phänomen, bei aller Planung und allem Ergebnisdruck immer wieder in die Ergebnisoffenheit zu gehen, ist in einer hochkomplexen Welt, also auch in Unternehmen, extrem wertvoll. Die Parallelen zu Transformationen in der Wirtschaft sind dabei hoch spannend.

Welche Spitzensport-Erfahrungen helfen Dir heute in Deinem beruflichen Alltag?

Im Rudersport geht es meistens darum, erst als Individuum gegen die Konkurrenten zu kämpfen, sich dann aber wieder als Team im Zweier, Vierer oder Achter zu finden. Nach dem Gegeneinander folgt ein Miteinander. Davon profitiere ich heute sehr, wenn ich Team-Entwicklungen

durchführe und Teams bei Veränderungen begleite. Des Weiteren ziehe ich viel aus der Erfahrung, mit Verletzungen oder anderen Rückschlägen umzugehen. Die Fähigkeit, sich schnell anzupassen, die Fähigkeit der Selbstreflexion, die ich als Athlet enorm gelebt habe, ist für mich in jeder Lebenslage sehr wichtig.

Bei den Olympischen Spielen 2012 in London hast Du die Goldmedaille gewonnen – die erste für den Deutschlandachter seit 24 Jahren. Was hattet Ihr im Vorfeld als die richtigen Erfolgsfaktoren reflektiert?

Unsere Stärke – neben hartem Training – war, dass individuell auf den Einzelnen eingegangen wurde. Wenn einer mal weniger Intensität brauchte, hat er im

Training etwas langsamer gemacht. Das funktioniert in einem Teamsport aber nur, wenn Du auf der zwischenmenschlichen Ebene gut kommunizierst. Die neu im Boot saßen, durften sich genauso einbringen wie die, die schon ganz lange dabei waren. Das ist nicht gleichbedeutend, dass wir neun beste Freunde waren, das ist nicht die Botschaft. Es war nicht immer harmonisch, wir konnten auch streiten. Aber stets mit Wertschätzung und auf Augenhöhe, das war der große Erfolgsfaktor.

Du hast eben erwähnt, dass Du Teams in Veränderungsprozessen begleitest. Wo siehst Du heute Entwicklungspotentiale im deutschen Sportsystem?

Ich kenne das Sportsystem im Detail nicht allzu gut. Aber ich denke, ein großer Faktor ist, dass sich die Ansprüche und Erwartungen der Athleten verändern, dass sie deutlich mehr mitgestalten wollen. Während meiner aktiven Zeit haben wir relativ schnell ein Commitment gegeben zu dem, wie der Bundestrainer



Das Wichtigste beim Übergang aus dem Sport ist, auch mal ergebnisoffen nach vorne zu gehen, ohne zu sehr den Plan zu fokussieren.

die Bootsbesetzungen vorgegeben hat. Heute wird das ganz anders hinterfragt. Das finde ich gut, muss aber auch vom System angenommen werden. Ich beobachte Sportart-übergreifend, dass sich Athleten deutlich mehr einbringen wollen und dabei teilweise vom System noch daran gehindert werden. Der Dialog zwischen Trainern, Funktionären und Athleten sollte auf ein neues



Andreas Kuffner gewinnt 2012 mit dem Deutschlandachter olympisches Gold



Andreas Kuffner, Jahrgang 1987, wurde elf Jahre von der Sporthilfe gefördert, seit 2020 ist er Mitglied im Sporthilfe Alumni-Club. Im Deutschlandachter gewann er bei den Olympischen Spielen in London 2012 die Goldmedaille, wurde Welt- und Europameister und holte zum Abschluss der Karriere 2016 Olympia-Silber in Rio de Janeiro. Parallel zum Sport schloss der gebürtige Bayer sein Masterstudium in Wirtschaftsingenieurwesen ab. Nach einer berufsbegleitenden Weiterbildung arbeitet er heute als Systemischer Coach und begleitet in dieser Funktion u.a. die aktuelle Athlet:innen-Generation in den Sporthilfe-Seminaren „Zukunftsworkshop“ und „Sporthilfe Matchplan“.



Der Dialog zwischen Trainern, Funktionären und Athleten sollte auf ein neues Level kommen.

Level kommen. Die jeweiligen Erwartungen und Bedürfnisse müssen zusammengebracht werden. Das ist hochkomplex und nicht leicht, aber absolut notwendig.

Was kann die Sporthilfe besser machen?

Die Sporthilfe hat viele gute Angebote. Wichtig ist, dass die Athleten damit erreicht werden. Das, was vorhanden ist, muss an die Zielgruppe gebracht werden. Der Zukunftsworkshop, das darf ich aufgrund des Feedbacks der Athleten schon so selbstbewusst sagen,

schafft die Basis, um alle anderen guten Angebote, die die Sporthilfe hat, besser annehmen zu können. Wenn ich weiß, wer ich bin, was ich kann und was ich will, gehe ich viel intensiver auf die Suche nach dem, was ich gebrauchen kann. Von daher gerne mehr Zukunftswshops. (lacht)

Ein schöner Schlussappell...

... wobei ich gerne noch eins betonen möchte. Die meiste Zeit arbeite ich in der Wirtschaft, von daher ist es für mich ein Riesengeschenk, dass ich in Kooperation mit der Sporthilfe die Athleten begleiten darf. Dieses Gemeinsame, das ja auch auf Vertrauen von Seiten der Sporthilfe basiert, genieße ich sehr. Außerdem möchte ich alle ehemals geförderten Athleten aufrufen, nach der sportlichen Karriere Mitglied im Sporthilfe Alumni-Club zu werden. Es ist die beste Möglichkeit, auch über die Karriere hinaus mit der Sporthilfe in Verbindung zu bleiben. Man hat das Gefühl, weiter dazugehören, was ich sehr schätze – und ich weiß, dass das vielen anderen genauso geht.

HISTORISCHE OBJEKTE DEUTSCHER SPORTGESCHICHTE JETZT ZUM SAMMELN

Mit legendären Erfolgen den Sport von morgen fördern



fansea.app

2016 waren sie am Reck der treue Begleiter von Fabian Hambüchen auf dem Weg zu Olympia-Gold, nun sind die Riemchen von Rio für Fans als exklusives Erinnerungsstück erhältlich. Sichere dir jetzt ein 3D Mini-Print sowie das digitale Collectible und unterstütze zugleich die Sporthilfe und somit die Sieger:innen von morgen!

Starke Partner, großer Erfolg: Sporthilfe freut sich über sechs Nationale Förderer



Die Vertreter:innen der Nationalen Förderer gemeinsam mit den Vorsitzenden von Sporthilfe-Aufsichtsrat und -Vorstand

Starke Menschen brauchen starke Partner – dies gilt nicht nur für die von der Sporthilfe geförderten Nachwuchs- und Spitzenathlet:innen, sondern auch für die Stiftung selbst. In Bezug auf ihre Nationalen Förderer, Wirtschaftsunternehmen in der höchsten Partnerkategorie, ist sie seit Januar 2023 stark wie nie. Denn die seit 2011 partnerschaftlich mit der Sporthilfe verbundene Wirtschaftsprüfungs- und Beratungsgesellschaft PwC Deutschland ist einhergehend mit der Vertragsverlängerung zum Nationalen Förderer aufgestiegen. Somit wird die wichtigste private Sportförderinitiative in Deutschland erstmals von sechs Nationalen Förderern unterstützt. Neben PwC sind das Mercedes-Benz, Deutsche Bank, Deutsche Telekom, Deutsche Post sowie Generali & Deutsche Vermögensberatung.

Nachdem PwC Deutschland sein Engagement bereits über die Jahre kontinuierlich erweitert hat und mit der ElitePlus-Förderung Medaillenkandidat:innen für Olympische Spiele im Vorfeld mit zusätzlich 1.000 Euro pro Monat unterstützt, als exklusiver Partner des Sporthilfe Elite-Forums fungiert und sich beim „Ball des Sports“ engagiert, wurde der Partnerschaft mit dem Programm der Para-Elite-Förderung ein weiterer Baustein hinzugefügt. Damit gibt PwC als Nationaler Förderer der Sporthilfe einen starken positiven Impuls und zeigt die große Wertschätzung gegenüber dem olympischen und paralympischen Sport.

Ein gleichermaßen wichtiges Zeichen im Sinne der Förderung von Deutschlands besten Nachwuchs- und Spitzenathlet:innen hat auch Mercedes-Benz gesetzt. Im Januar verlängerte der Automobilhersteller die erfolgreiche Zusammenarbeit mit der Sporthilfe in deren höchster Partnerkategorie um weitere zwei Jahre. Das Engagement von Mercedes-Benz besteht bereits seit 1970, seit 2008 ist Mercedes-Benz als Nationaler Förderer in der höchsten Partnerkategorie der Stiftung engagiert.

Herzstück der Partnerschaft ist die Mercedes-Benz Elite-Förderung. Bei der höchsten Stufe im Fördersystem der Sporthilfe erhalten rund 150 Top-Athlet:innen mit Medaillenperspektive bei den Olympischen Spielen eine zusätzliche finanzielle Unterstützung zur Top-Team- oder Top-Team-Future-Förderung. Zudem stellt Mercedes-Benz den exklusiven Fahrdienst bei den Sporthilfe-Veranstaltungen „Ball des Sports“, „Goldene Sportpyramide“, „Juniorsportler:in des Jahres“ sowie „Sporthilfe Elite-Forum“.

Nicht zuletzt spielt die Fortsetzung der langjährigen und verlässlichen Partnerschaft zwischen der Sporthilfe und den Nationalen Förderern auch in Vorbereitung auf kommende sportliche Großereignisse eine wichtige Rolle, denn nur mit starken Partnern an der Seite können am Ende auch die Athlet:innen davon profitieren und gut betreut den Weg zum großen Erfolg einschlagen.

Erlebnis Kuratorium

Gute Sache im Sinne der Spitzensportförderung

Das Kuratorium der Stiftung Deutsche Sporthilfe ist die Vereinigung sportbegeisterter Persönlichkeiten aus Wirtschaft, Politik und Gesellschaft, die sich mit großem Engagement als Botschafter:innen der Sporthilfe dem Stiftungszweck entsprechend für deutsche Spitzensportler:innen einbringen – finanziell wie auch ideell.

Was das Kuratorium ausmacht, ist vor allem die emotionale Bindung, das gemeinsame Mitfiebern, Mitfreuen und Mitfeiern. Dabei erleben die über 300 Mitglieder des Kuratoriums Deutschlands beste Athlet:innen im Wettkampf und lernen sie auch abseits des Sports persönlich kennen, etwa beim Ball des Sports oder beim Sporthilfe Club der Besten. Und egal ob bei Sportler:innen-Events oder Netzwerkveranstaltungen im Kuratorium, verbindendes Element ist stets die persönliche Leidenschaft für den Sport.

Für die Sporthilfe als private Sportförderinitiative tragen die Mitglieder des Kuratoriums als Mäzene und Botschafter:innen zum Erfolg der Stiftung bei. Ganz nach dem Motto „Gemeinsam wachsen für den Erfolg von morgen“ freut sich die Sporthilfe im ersten Halbjahr 2023 über folgende Neumitglieder im Kuratorium: Dr. Werner Bauch, Marion Drache, Dirk Martin, Christine Heuwing, Dr. Mareen Knop, Prof. Burkart Knospe, Steffen Geier, Dr. med. Nikos Stergiou, Jens Maurer, Dr. Philipp Häuser, Nicol Bittner, Götz Hertz-Eichenrode, Claudia und Stefan Hartmann.



Para- und Gehörlosensport

Meilenstein

„Duale Karriere Berufsqualifikation“ heißt das neue Fördermodul, das von Sporthilfe, dem Bundesministerium des Innern und für Heimat (BMI), dem Deutschen Behindertensportverband (DBS) und dem Deutschen Gehörlosen-Sportverband (DGSV) konzipiert wurde. Rund 40 Athlet:innen des DBS und des DGSV erhalten dadurch eine finanzielle Unterstützung

von bis zu 1.250 Euro pro Monat. Die Mittel dafür stellt das BMI bereit, die Sporthilfe zahlt dieses entsprechend ihres gültigen Förderkonzepts direkt an die Athlet:innen aus. Das Förderprogramm ist ein weiterer wichtiger Meilenstein in der Gleichstellung der Förderung von Para- und Gehörlosensportler:innen zum olympischen Sport.

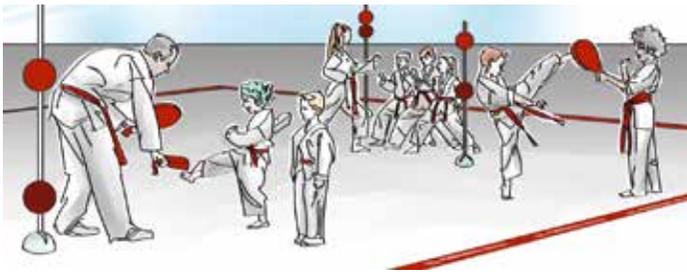
Generali & Deutsche Vermögensberatung

Von den Besten lernen: Future Champs Tour 2023

Vorbilder fördern und den Nachwuchs begeistern – in diesem Zweiklang steht die „Future Champs Tour 2023“ der Generali und der Deutschen Vermögensberatung, die sie gemeinsam mit der Sporthilfe in zwölf Städte quer durch die gesamte Republik führt – von Frankfurt über Köln, Dortmund, Hannover, Hamburg, Berlin, Dresden, Erfurt, Nürnberg, Stuttgart, Augsburg bis nach München.

Seit Anfang 2022 unterstützen Generali und Deutsche Vermögensberater als Nationaler Förderer der Sporthilfe Deutschlands beste Athlet:innen mit einem umfassenden Versicherungsschutz und unterschiedlichsten Coaching-Angeboten. In diesem Jahr nutzen sie die enge Partnerschaft mit der Stiftung zugunsten einer Roadshow, dessen Ziel es ist, Kinder in Bewegung zu bringen und ihnen neue Bewegungserfahrungen zu vermitteln.

Im Fokus stehen dabei die Sportarten Bouldern, Biathlon, Fechten, Taekwondo, Rollstuhlbasketball und Tennis – jeweils begleitet von Sporthilfe-geförderten Athlet:innen, die zugleich als Vorbild und Coach für die Kinder fungieren. Als Profis stehen sie dem Nachwuchs mit Rat und Tat zur Seite und verraten dabei auch den ein oder anderen Trick, der sie in der eigenen Karriere voran gebracht hat.



Tradition hat Bestand

Sportbriefmarken- Serie 2023 im Zeichen der Vielfalt



In der heutigen Zeit fast zur Rarität geworden, spielt die Briefmarke für die Sporthilfe weiterhin eine große Rolle. Aber nicht irgendeine, sondern die Briefmarken-Serie „Für den Sport 2023“ mit Motiven aus dem Para-Sport, die am 20. April gemeinsam mit dem Bundesministerium der Finanzen im Berliner Olympiastadion vorgestellt wurde. Die begehrten Sammlerobjekte werden bereits seit 1968 in Zusammenarbeit zwischen der Sporthilfe und dem Herausgeber der Marken – seit 1998 ist das der Bundesminister der Finanzen – zugunsten der Stiftung aufgelegt. In über 50 Jahren sind der Sporthilfe durch die Marken mit dem „Plus“ knapp 140 Millionen Euro an Fördermitteln zugunsten der geförderten Athlet:innen zugeflossen.

Die diesjährigen Marken stehen ganz im Zeichen der im Sport gelebten Vielfalt und portraituren die drei Sportarten Rollstuhlbasketball, Para-Leichtathletik und Para-Ski alpin. Sie sind online sowie in ausgewählten Filialen der Deutschen Post erhältlich. Pro verkaufter Serie erhält die Sporthilfe den „Zuschlag“ der Marken in Höhe von 1,40 Euro.



ALDIANA

CLUB RESORTS

UNSER NEUER TRAININGSSPOT

ALDIANA CLUB SIDE BEACH

Schönster Urlaub an der Türkischen Riviera in unserem neuen Club Resort: direkte Strandlage, Wellness, Kinderbetreuung von früh bis spät, kulinarische Köstlichkeiten zum Schwärmen und vor allem **grenzenlose Sportmöglichkeiten** mit **bestem Equipment** und fantastischen Trainern.

Aldiana ist Cluburlaub vom Feinsten mit einer Fülle an Leistungen und Angeboten - alles Premium und das meiste schon im Preis enthalten. Das Beste: Bei Aldiana treffen sich die nettesten Menschen. Schon immer. Und die besondere Atmosphäre kannst du überall in unseren Club Resorts spüren. **Willkommen im Urlaub unter Freunden.**

Aldiana GmbH · Emil-von-Behring-Straße 6 · D-60439 Frankfurt am Main



Buchbar in deinem Reisebüro oder
unter www.aldiana.com.



Till Behnke

**Mitglied im Gutachterausschuss
seit 2021**

Anerkennung hat nichts mit monetärem Reichtum, sondern mit Sinnhaftigkeit zu tun,“ sagt Till Behnke – und lebt es. Der frühere Rugby-Nationalspieler ist Gründer der beiden, wie er sie nennt, „Sozialunternehmen“ nebenan.de und betterplace.org – und seit zwei Jahren eines von acht Mitgliedern des Sporthilfe-Gutachterausschusses. In dem ehrenamtlich arbeitenden Gremium entscheidet der Deutsche Meister von 1997 gemeinsam mit weiteren ehemaligen Weltklasseathlet:innen, unter ihnen sechs Olympiasieger:innen und Weltmeister:innen, sowie einem Vertreter des DOSB in Abstimmung mit dem Sporthilfe-Vorstand über sämtliche Fördermaßnahmen für Athlet:innen.

Als aktuell einziges Mitglied mit Team sport-Vergangenheit und mit seinem betriebswirtschaftlichen Wissen bringt der heute 44-Jährige neben dem sportlichen Background viel mit, was für die struktu-

rierte und budgetäre Arbeitsweise im Gutachterausschuss wertvoll ist. Auf die monatlichen Sitzungen bereitet sich der zweifache Vater jeweils hochkonzentriert drei bis vier Stunden vor und gibt sich zudem als Unternehmer selbst jeweils einen Tag frei. „Ich bin extrem sportbegeistert, und zwar für die ganze Welt des Spitzensports“, erklärt der Initiator des international angesehenen 7er-Rugby-Turniers „Oktoberfest Sevens“ seine sportartenübergreifende Motivation. „Durch die Sporthilfe stecke ich mittendrin in allen Sportarten und darf Menschen kennenlernen, die jeden Tag dafür brennen.“ In allen Bereichen seines Lebens sei er „von Menschen umgeben, die Dinge machen, die sie zur Exzellenz treiben wollen.“ Und die Institution, die das im Sport mache, sei nun mal die Sporthilfe.

Das Gefühl des Helfens hat den selbst ehemals geförderten Athleten schon immer glücklicher gemacht, als ein neues Auto oder Turnschuhe das je könnten – und er ist fest davon überzeugt, dass dies im Grunde in allen Menschen stecke. „Den besten Tag erlebst Du, wenn Du einer älteren Dame über die Straße helfen kannst.“ Erfolgreich sein und das mit einem guten Zweck verbinden: Das zieht sich durch Behnkes Lebenslauf wie ein roter Faden, der der aktuellen Athlet:innen-Generation zusätzlich noch als Sporthilfe Alumni-Club-Mitglied etwas zurückgibt. Anerkennung erfährt er durch sein vielfältiges gesellschaftliches Engagement allemal: aus der Politik, aus der Gesellschaft und nicht zuletzt von der Sporthilfe und den geförderten Athlet:innen.



VOR DEM WETTKAMPF SEHKRAFT AUFLADEN

Wie das funktioniert,
erfährst Du bei uns.

**Die beste Sportkontaktlinse trägst Du
nicht beim Wettkampf, sondern davor:**

DreamLens lädt Deine Sehkraft nachts auf. Danach nimmst Du sie vom Auge und siehst den ganzen Tag lang scharf.

MPG&E ist offizieller Service-Partner der Deutschen Sporthilfe. Wir unterstützen Spitzenathleten mit Premium-Kontaktlinsen und Augenoptik-Kompetenz – für Erfolg beim Training, im Wettkampf und auch sonst im Leben.



Laura Ludwig

Sie ist Olympiasiegerin, Welt- und vierfache Europameisterin. Von der Sporthilfe wird sie seit 2004 gefördert. Die 37-Jährige ist verheiratet mit Beachvolleyball-Trainer Imornefe Bowes, hat mit ihm zwei Söhne, Teo Johnston (geb. 2018) und Lenny Matthias (2022) – und brennt weiterhin für ihren Sport. In Paris will sie an ihren fünften Olympischen Spielen teilnehmen, und verrät...

...dass im Sommer diese Eis-Sorte nie fehlen darf: **Schoko und Lemon/Basilikum.**

...was sie im letzten Jahr zum ersten Mal gemacht hat: **Ein zweites Kind bekommen.**

...Familie bedeutet für sie: **Alles! Diese Liebe muss man erfahren, bevor man sie verstehen kann.**

...bei Paris denkt sie an: **Beachvolleyball vor dem Eiffelturm.**

... diesen Titel soll die letzte Folge der sportstudio reportage „Laura & Louisa“ tragen: **Magic mit Louisa und Laura.**

Kurz gefragt

... und
geantwortet!

Wenn ich an
Paris denke, ...

Das darf bei keinem
Wettkampf fehlen ...

Überraschungen
im Leben sind ...

Mein größter
Glücksmoment
im Sport war ...

Die berühmteste Person
in meiner Kontaktliste ...



Leonie Ebert

Florett-Europameisterin 2022
Top-Team
Sporthilfe-gefördert seit 2015



... dann denke ich an meinen Traum
und ein riesiges, einmaliges Sport-
Fest.

... Eminem-Musik, wunderschöne
Siegtreffer-Schrei-Fotos und Red
Bull um 8 Uhr morgens.

... entweder die schönsten Erinne-
rungen oder Erfahrungen, die einen
in Zukunft stärken.

... als ich sieben Tage nach einer
Rückenverletzung, durch die ich
nicht mehr laufen konnte, plötzlich
Europameisterin wurde. Und
natürlich der Moment, als mein
Traum von Tokio wahr wurde.

@BerühmtePersonen, wenn ihr hier
stehen wollt, meldet euch gerne bei
mir: @leonieebert.



Tom Malutedi

Staffel-Weltmeister 2017
Top-Team Future
Sporthilfe-gefördert seit 2017



... denke ich an das schmackhafteste
Croissant, das ich jemals dort
gegessen habe.

... niemals die Ambition in mir, sonst
ist der Wettkampf sinnlos und
gefährlich für meinen Körper.

... hoffentlich toll und mit Freude
verbunden.

... nach dem Ende im Boxsport
drei Monate später bei der Para-
Leichtathletik-WM 2017 in London
die Goldmedaille mit der Staffel zu
gewinnen.

Meine Kontaktliste ist voll mit
Menschen, die mir sympathisch sind.
Berühmt ist jeder davon für mich, ob
Freunde, Familie oder Personen des
öffentlichen Lebens.



Richard Ringer

Marathon-Europameister 2022
Top-Team Future
Sporthilfe-gefördert seit 2007

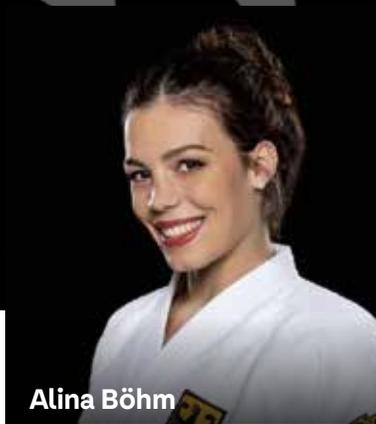


... sind die profilierten Dauerläufer, weil es auf der Marathonstrecke in Paris 438 Höhenmeter zu absolvieren gibt. Sehr untypisch für einen Marathon, der meist sehr flach ist.

... Angela Merkel, weil sie in Deutschland ziemlich viel bewegt hat.

... Teil des Erfolges.

... Essen. Gut, dass ich Läufer bin.



Alina Böhm

Europameisterin 2022
Top-Team
Sporthilfe-gefördert seit 2014



... ist die richtige Balance zwischen Anspannung und Entspannung. Um dem Stress, den der Sport manchmal mit sich bringt, zu entfliehen, besuche ich meine Familie, um ein Wochenende abzuschalten.

... die Fachjury von Let's Dance. Ich bin riesiger Fan der Show, liebe Tanzen und habe die Show schon als Kind verfolgt – gerade, wenn Sportler dabei waren. Bis heute träume ich davon, einmal selbst teilnehmen zu können.

... sehr sehr schmerzhaft, aber auch Teil des Business. Manchmal lernt man aus einer Niederlage mehr als aus einem Sieg. Es geht immer darum, wie man damit umgeht und sie sind Teil des Prozesses.

... vermutlich mehrere. Zwei davon sind Backen und Trash-TV schauen, also Reality-TV. Ich habe auf jeden Fall einen RTL+ Account!



Mark Lamsfuß

WM-Dritter & Europameister 2022
Top-Team & Mercedes-Benz Elite-Förderung
Sporthilfe-gefördert seit 2013



... sind meine Spielpartner und die Trainingsgruppe!

... Roger Federer. Ich bin ein großer Fan seiner Spielart und liebe die Ruhe und das Selbstvertrauen in seiner Körpersprache. Ich würde gerne mal ein Gespräch mit ihm führen und den Menschen, der hinter der Sportfassade steckt, kennenlernen.

... kein Weltuntergang, wenn man die Erfahrung nutzt, es beim nächsten Mal besser zu machen!

..., dass ich ab und an meine nervigen fünf Minuten habe und Menschen auf die Palme bringen kann.



Emma Malewski

**Europameisterin 2022 am Schwebelbalken
Top-Team
Sporthilfe-gefördert seit 2017**



... sind mein Trainer und Physio.

... die Turnerin Sunisa Lee, weil ich es bemerkenswert finde, was sie alles in ihrem jungen Leben schon erreicht hat. Und Olivia Dunne...

... Lernprozesse. Es ist nicht einfach eine Niederlage einstecken zu müssen, doch daraus lernen wir.

... mental nicht bereit zu sein und was zu verpassen.



Timo Barthel

**WM-Dritter 2022 im Synchronspringen
Top-Team & Mercedes-Benz Elite-Förderung
Sporthilfe-gefördert seit 2010**



... ist die Unterstützung meiner Familie.

... Marco Reus, weil er immer wieder Rückschläge hatte und nie aufgegeben hat. Er ist ein absoluter Kämpfer und mein Vorbild in Sachen Leistungssport.

... ein weiterer Schritt zum Erfolg, weil man manchmal einen Schritt zurück gehen muss, um dann zwei nach vorne zu machen.

... ich habe keine Ruhe. Ich will immer alles sofort, direkt und perfekt, dadurch geht manchmal mehr schief und wirft mich weiter vom Ziel weg.

Kurz gefragt

... und geantwortet!

**Unverzichtbar auf
meinem Weg nach
Paris ...**

**Diese Persönlichkeit
würde ich gerne
einmal treffen, ...**

**Niederlagen sind
für mich ...**

**Mein heimliches
Laster ist ...**

Anna Härtl (Dritte von rechts) gewann 2020 im Achter EM-Silber





Mut- macher

Mentorenprogramm als wechselseitige Inspiration

Ruderin Anna Härtl war sich bereits früh in ihrer Karriere um die Wichtigkeit eines zweiten Standbeins bewusst und entschied sich nach dem Abitur für ein Ernährungswissenschafts-Studium parallel zum Spitzensport. Als die EM-Zweite von 2020 auf das Ende ihres Bachelorstudiums zusteuerte und sich unsicher war, in welche Richtung es weitergehen soll, bewarb sie sich bei der Sporthilfe um einen Platz im Mentorenprogramm. Im Herbst 2020 wurde sie von Sporthilfe und Wertestiftung mit ihrer Mentorin „gematcht“, die bei Unilever im Marketing tätig ist.

Angela Nelissen half der jungen Athletin zu entscheiden, wie es nach dem Bachelor weitergehen sollte. An der Uni in Gießen fand Härtl einen Platz im angestrebten Masterstudium in klinischer Sporttherapie und Sportphysiologie. Zusätzlich arbeitet die Top-Team-Future-Athletin als Werkstudentin bei einem Unternehmen in Frankfurt. An der Uni belegt sie deshalb aktuell nur einen Kurs pro Semester, anders lässt sich das viele Training nicht unterbringen. Und das Trainingspensum wird gerade in Hinblick auf die angestrebte Qualifikation für die



Mentee Anna Härtl, EM-Dritte 2020 und Mentorin Angela Nelissen, Vice President ICE CREAM bei Unilever

Olympischen Spiele 2024 in Paris nochmals steigen. „Für mich war es nicht wichtig, ob Angela mir den Jobeinstieg oder einen Studienplatz ermöglicht, sondern vielmehr, dass sie mir Mut macht und aufzeigt, welche Stärken ich als Sportlerin mitbringe,“ sagt die 27-Jährige.

So sieht auch Angela Nelissen ihre Rolle: Möglichkeiten offenlegen, den Horizont öffnen und zeigen, was möglich ist. „Anna ist eine klare, zielstrebige junge Frau und sehr kommunikationsstark, außerdem hartnäckig und menschlich bereits sehr reif für ihr Alter. Das alles sind Stärken, die sie auch im Beruf weiterbringen werden.“ Die Hamburgerin erkennt zwischen Leistungssport und Management viele Parallelen, aber auch Missstände im Berufsleben: Manager:innen seien meist hochmotiviert und engagiert, würden jedoch nicht ausreichend auf sich achten. „Hier können wir von Leistungssportler:innen lernen, die es viel besser schaffen, gleichermaßen auf ihren Körper und Geist zu hören.“ Auch sie persönlich habe der Kontakt mit der Spitzenathletin inspiriert, bewusster einen Ausgleich zur dauerhaft hohen beruflichen Belastung zu suchen.

Das Verhältnis beschreiben das Mentee-Mentorin-Paar inzwischen als familiär. Der unkomplizierte und ehrliche Austausch erfolgt meist via WhatsApp, wann immer möglich auch persönlich. Zuletzt

hat Anna Härtl ihre Mentorin sogar zuhause in Hamburg besuchen und deren Familie kennenlernen können. Angesteckt von Härtls Begeisterung für den Rudersport steht inzwischen auch Annabelle, die jüngste Tochter ihrer Mentorin, in den Startlöchern einer Leistungssportkarriere im Rudersport, auch Nelissens Mann ist aktiver Ruderer. Und so scheint es nur logisch, dass es für Anna Härtl und Angela Nelissen nie einen Tag X geben wird, an dem das Mentoring enden sollte oder gar müsste. „Auch wenn wir mal länger keinen Kontakt haben, weiß ich immer, dass sie für mich da ist,“ resümiert Anna Härtl.

In Kooperation mit der Werte-Stiftung hat die Sporthilfe ein Mentorenprogramm aufgebaut: Entscheider:innen aus der Wirtschaft werden mehrjährige Begleiter:innen und Sparringspartner:innen junger Sporthilfe-geförderter Spitzenathlet:innen. Die Führungskräfte beraten und unterstützen bei der Berufswahl, beim Sammeln von Praxiserfahrung und beim Berufseinstieg.

Ein Matching zwischen Sportler:in und Mentor:in wird durch die Sporthilfe und die Werte-Stiftung koordiniert. Unterstützt wird das Mentorenprogramm von der DZ BANK AG, die als „Partner des Mentorenprogramms“ die Organisation und Durchführung von zentralen Maßnahmen für alle Mentees sowie die direkten Treffen zwischen Mentor:innen und Mentees ermöglicht.

BLEIBE HUNGRIG.

**BLEIBE
NEUGIERIG.**

ABER BLEIBE

**NIEMALS
STEHEN.**

#ZUKUNFTBEWEGEN

Großer Schritt in Richtung Gleichstellung

Wenn in Paris 2024 alle Augen auf die weltbesten Athlet:innen gerichtet sind, genießen auch jene Sportler:innen große Aufmerksamkeit, die es in der breiten Öffentlichkeit abseits dieses Sporthöhepunktes schwerer haben: Athlet:innen aus den paralympischen Sportarten.

Von der Sporthilfe im Sinne der Vielfalt und verbindenden Kraft des Sports gleichermaßen auf ihrem Weg zu großen Erfolgen begleitet, konnte im Januar 2023 ein weiterer großer Schritt in Richtung Gleichstellung von paralympischen und olympischen Athlet:innen vollzogen werden. Mit der Unterstützung von PwC Deutschland wurde das Förderkonzept der Sporthilfe um die „Para-Elite-Förderung“ erweitert.

Derzeit profitieren 26 Athlet:innen aus acht paralympischen Sportarten von dem neuen Programm. Einer von ihnen ist Valentin Baus, Paralympicssieger 2021. Obwohl seine Karriere bereits von zahlreichen internationalen Erfolgen gepflastert ist, ist seine Motivation ungebrochen. Denn zum einen sei „jeder Erfolg anders“ und habe „seine eigene Geschichte“, zum anderen treibe es ihn noch immer an, stetig besser zu werden. Wenngleich er diesem Ziel als Führender der Weltrangliste schon nahe ist und in den letzten Jahren fast kein Spiel verloren hat, dürfe die Erwartung nicht sein,

immer als Sieger aus einem Wettkampf zu gehen. „Ich glaube, dass man jederzeit auch verlieren kann. Nichtsdestotrotz ist mein Ziel, meinen Titel zu verteidigen. Dafür arbeite ich hart. Ich werde bestmöglich vorbereitet zu sein und mit der Einstellung nach Paris fahren, das Ding zu gewinnen.“ Was seine dritten Spiele für ihn besonders machen werden, sind die Zuschauer vor Ort – inklusive Freunde und Familie.

Diese gehören seit jeher ebenso zu seinen Unterstützern wie auch die Sporthilfe. Vor allem als Athlet in einer Randsportart sei sie für ihn schon immer ein wichtiger Partner. „Dadurch hat man ein bisschen mehr Freiheit und die Gewissheit, dass jemand da ist, der mich auf dem Weg begleitet.“ Die Einführung des neuen Programms der Para-Elite-Förderung sei ein weiterer Fortschritt. „Es ist schön, dass es immer mehr in Richtung Gleichbehandlung geht. Denn wir müssen ähnlich viel trainieren wie olympische Athleten“, sagt Baus.



Das belegen mit 14 Einheiten pro Woche auch die Trainingsumfänge von Annika Zeyen. Nach erfolgreicher Karriere im Rollstuhlbasketball – unter anderem gekrönt mit Paralympics-Gold 2012 – wollte sie zeitlich etwas flexibler sein und wechselte zum Para-Radsport. Auch dort ließ der Erfolg nicht lange auf sich warten. Bei der WM 2019 gewann sie völlig überraschend das Straßenrennen, 2021 fuhr sie mit dem Handbike trotz nervenaufreibender und schwieriger Vorbereitung bei den Paralympics in Tokio zu Gold im Zeitfahren sowie zu Silber im Straßenrennen.

Ihre Vorfreude auf die Spiele in Paris ist bereits groß. Seit Beginn des Jahres mit einem neuen Trainer an ihrer Seite trainiere sie „extrem hart“. Dabei wird sie nicht müde, ihre Dankbarkeit gegenüber der Sporthilfe zu betonen. „Selbst während der Corona-Zeit konnte ich

mich immer auf sie verlassen“, sagt sie. Dass sie in die Para-Elite-Förderung aufgenommen wurde, freut sie zusätzlich: „Das ist eine große Wertschätzung für mich und schön, dass jetzt auch die paralympischen Athlet:innen neue Möglichkeiten haben.“

Ähnlich sieht es auch Para-Triathlet Martin Schulz. Zunächst als Schwimmer von der Sporthilfe gefördert, ist diese für ihn schon immer eine „große Stütze“. Und mit der Aufstockung durch die Para-Elite-Förderung stellt sie einen „finanziell beruhigenden Puffer“ dar, der es ihm einfacher mache, etwa flexibel auf unerwartete Kosten reagieren zu können, ohne auf Ersparnisse zurückgreifen zu müssen. Schließlich sei der Triathlon auf Spitzenniveau ein kostspieliger Sport, der sich auch mit großen Erfolgen kaum refinanzieren lässt. Und von denen hat der Leipziger beeindruckend viele vorzu-



weisen. Allein in diesem Jahr gewann er bereits seinen elften EM-Titel in Folge. Hinzu kommen mehrfach Gold und Silber bei Weltmeisterschaften sowie Paralympisches Gold 2016 und 2021. Was ihn dennoch weiter antreibt? „Ich werde nicht müde an Erfolgen“, sagt er. Da der Triathlon drei Sportarten vereint, gäbe es immer eine Möglichkeit, „noch an weiteren Schraubchen zu drehen und sich zu verbessern.“

Während die Erwartungshaltung für Paris von außen vor allem das Tripple sei, wünscht sich Schulz, bei einem guten Rennen auch für den zweiten oder dritten Platz entsprechend gewürdigt zu werden. Zu großen Druck macht er sich selbst nicht: „Ich habe den psychologischen Vorteil, dass ich es nur noch mir selbst beweisen muss“, sagt er. „Ich liebe die Herausforderung und Siege motivieren mich mehr als Niederlagen.“ Und sollte das dann tatsächlich in Paris für das dritte Paralympics-Gold in Folge reichen, „kann ich mich im Triathlon unsterblich machen und in meinem Sport ein kleines Denkmal setzen“.

Neben dem Tripple hat er jedoch noch einen weiteren Traum. „Die Krönung des Ganzen wäre, einmal bei den Paralympics als Fahnen-träger die deutsche Mannschaft anzuführen“, verrät er. Wenn das gesamte Team D dahinter stehe, sei das etwas ganz Besonderes und zudem eine ehrwürdige Anerkennung für das, was Schulz seit Jahren leistet.





Unterstütze unsere Vorbilder von heute!



Und erlebe dank Deiner
Spende jede Menge
sportliche Glücksmomente.

Jetzt unterstützen!

 **Sporthilfe**



Was macht eigentlich...? Steffi Nerius

Die Olympia-Zweite von Athen, Welt- und Europameisterin im Speerwerfen wurde von 1991 bis 2009 von der Sporthilfe gefördert. Bereits während ihrer aktiven Karriere war die gebürtige Rügenerin als Trainerin beim TSV Bayer 04 Leverkusen im Behindertensport tätig. Seit 2010 engagiert sich die heute 51-Jährige ehrenamtlich im Gutachterausschuss der Sporthilfe und ist Mitglied im Sporthilfe Alumni-Club.

Steffi, ganz im Sinne dieser Rubrik: Was machst Du aktuell beruflich?

Ich bin Internatsleiterin im Sportinternat Leverkusen und parallel dazu nach wie vor als Trainerin im Para-Sport tätig. Hier betreue ich weiterhin drei Athleten vollständig und einen Nachwuchsspringer gemeinsam mit einer anderen Trainerin. Aber die Trainertätigkeit sehe ich eher als Hobby oder Nebenjob an, die ich aber voraussichtlich nur noch bis Paris 2024 weitermachen werde.

Wie sehr hängt diese Entscheidung mit Markus Rehm, dem wohl bekanntesten und erfolgreichsten deutschen Parasporthler der letzten Jahre, zusammen?

Als ich meine sportliche Karriere 2009 beendet habe, ist Markus zum ersten Mal zum Schnuppertraining zu mir gekommen. Mit ihm habe ich als Vollzeittrainerin angefangen. Für mich ist klar, dass ich als Trainerin aufhöre, wenn Markus seine Sportkarriere beendet. Bei den Paralympics im kommenden Jahr ist er 36. Aber wann er Schluss macht, kann natürlich nur er selbst entscheiden.

Hast Du Dir diesen Weg bereits als aktive Sportlerin gewünscht oder vorstellen können?

Nein, aber ich bin sehr glücklich, wie alles gekommen ist. Mit 37 Jahren habe ich meine eigene sportliche Karriere beendet und darunter dann sozusagen einen grünen Haken gesetzt. Mit dem Ende der Trainerkarriere kommt dann der zweite Haken – und auch dieses Kapitel war Weltklasse. Ich habe neben Markus viele weitere großartige Athletinnen und Athleten betreuen dürfen, wie zum Beispiel Franziska Liebhardt.

Und welcher „Haken“ fehlt noch?

Als ich nach der Wende 1991 nach Leverkusen gekommen bin, habe ich nicht verstanden, dass es hier kein Vollinternat gibt. Aktuell werden Wohnungen angemietet und Jugendliche erst ab 16 Jahren aufgenommen. Mein Herz hängt am gesamten Verein, aber insbe-

sondere an der Nachwuchsförderung. Und dadurch ist mein Ziel, hier ein Vollinternat aufzubauen. Wenn alles gut läuft, schaffen wir das bis 2026. Dann will ich noch helfen, das Ganze ins Laufen zu bringen und hoffe, mit 60 Jahren dann auch den dritten Haken machen zu können.

Warum engagierst Du Dich, bereits seit 13 Jahren, im Gutachterausschuss der Sporthilfe?

Als ich gefragt wurde, ob ich mir eine Mitarbeit vorstellen könnte, hatte ich ehrlich gesagt keine Ahnung, was das wirklich bedeutet. Aber ich wollte, weil ich so lange gefördert worden war, wieder etwas zurückgeben. 1991, als ich von Ostdeutschland nach Leverkusen kam, war für mich die Sporthilfe die Rettung. Nur dank dieser Unterstützung konnte ich überhaupt mit dem Leistungssport weitermachen. Die Tätigkeit als Gutachter bedeutet zwar richtig viel Arbeit, aber es sind so interessante und spannende Athleten-Themen und wir erhalten einen Überblick über alle Verbände und Sportarten hinweg. Deshalb habe ich auch eine vermutlich 99%-ige Teilnahmequote. Auch heute möchte ich noch etwas zurückgeben, aber zusätzlich strategisch mit eingebunden werden. Ich will wissen, wo es Probleme gibt und wie geholfen werden kann. Alle in der Sporthilfe ziehen an einem Strang und verfolgen das Ziel, die Athletinnen und Athleten noch besser zu fördern.

Warum sollten alle Athlet:innen Mitglied im Sporthilfe Alumni-Club werden?

Als Alumni-Club-Mitglied kann jeder, der selbst von der Sporthilfe profitiert hat, etwas zurückzugeben, außerdem networken, Sporthilfe-Veranstaltungen besuchen und auch nach der Karriere weiterhin andere Sportler treffen. Das war zwar für mich kein Grund, weil ich durch den Gutachterausschuss bereits engen Kontakt hatte und habe, aber das geht ja nicht allen so. Der Club ist zudem eine super Plattform, um sich auch untereinander weiterzuhelfen.

Medizinische Spitzenleistungen

für Sportlerinnen und Sportler, die hoch hinaus wollen.

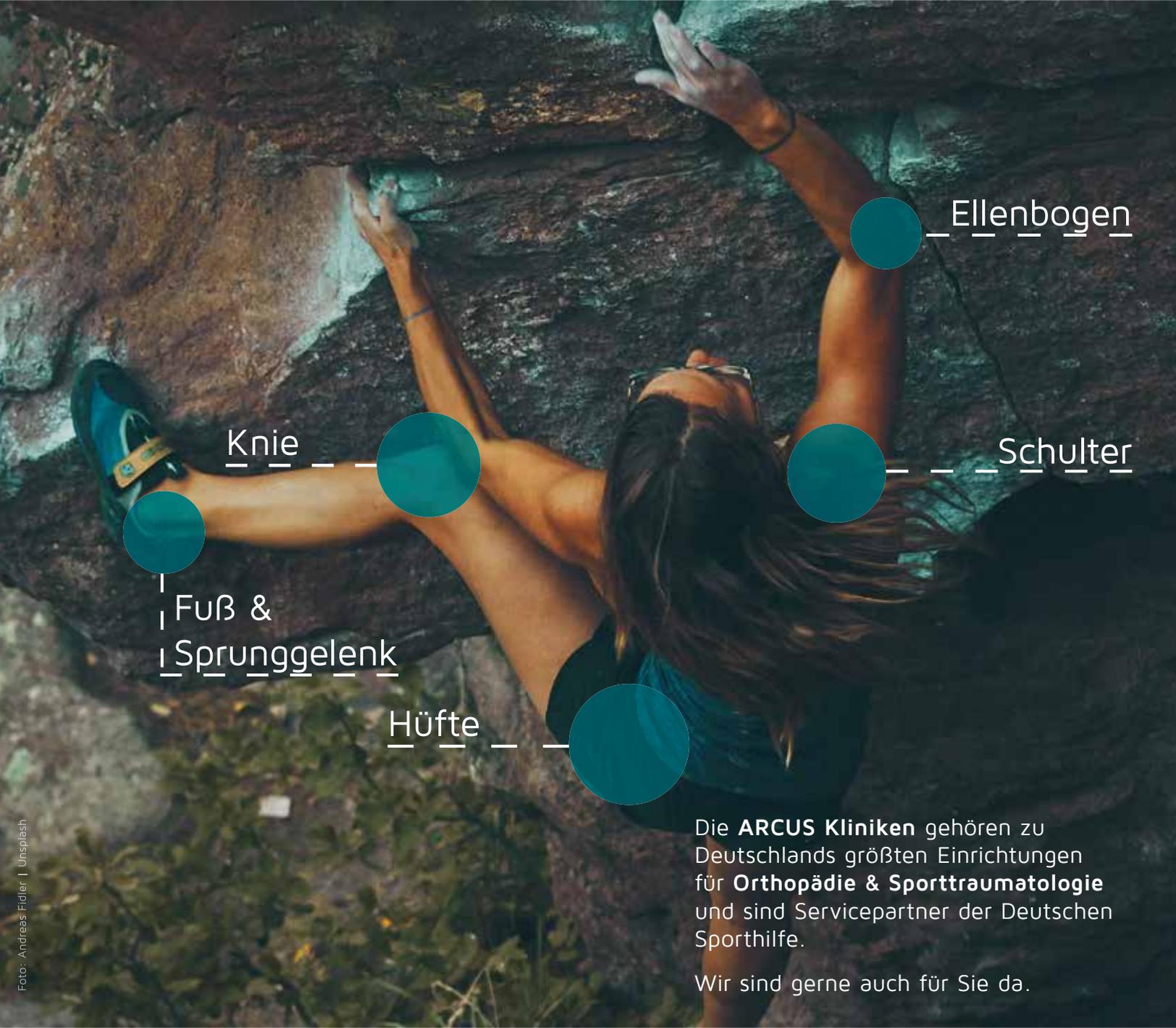


Foto: Andreas Fidler | Unsplash

Die **ARCUS Kliniken** gehören zu Deutschlands größten Einrichtungen für **Orthopädie & Sporttraumatologie** und sind Servicepartner der Deutschen Sporthilfe.

Wir sind gerne auch für Sie da.



 ✓ KNIE ✓ HÜFTE Zertifiziertes EndoProthetik-Zentrum	FOCUS TOP NATIONALES KRANKENHAUS 2022 FOCUS-GESAMHEIT 09/2021 IN KOOPERATION MIT FACT* „FIELD“	FOCUS TOP MEDIZINER 2022 KNE-CHIRURGIE FOCUS-GESAMHEIT 09/2021 IN KOOPERATION MIT FACT* „FIELD“	FOCUS TOP MEDIZINER 2022 HÜFT-CHIRURGIE FOCUS-GESAMHEIT 09/2021 IN KOOPERATION MIT FACT* „FIELD“	FOCUS TOP MEDIZINER 2022 ELLENBOGEN-CHIRURGIE FOCUS-GESAMHEIT 09/2021 IN KOOPERATION MIT FACT* „FIELD“	FOCUS TOP MEDIZINER 2022 SCHULTER-CHIRURGIE FOCUS-GESAMHEIT 09/2021 IN KOOPERATION MIT FACT* „FIELD“	FOCUS TOP MEDIZINER 2022 SPORTMEDIZIN FOCUS-GESAMHEIT 09/2021 IN KOOPERATION MIT FACT* „FIELD“	FOCUS TOP MEDIZINER 2022 SPORT-ORTHOPÄDIE FOCUS-GESAMHEIT 09/2021 IN KOOPERATION MIT FACT* „FIELD“	FOCUS TOP MEDIZINER 2022 UNFALL-CHIRURGIE FOCUS-GESAMHEIT 09/2021 IN KOOPERATION MIT FACT* „FIELD“
---	--	--	---	---	---	---	---	---

www.sportklinik.de
 info@sportklinik.de
 Tel. 07231-60556-0





Entwurzelt ?

Würzburg 1995: Dirk Nowitzki wird als unbekanntes Talent von der Sporthilfe gefördert. Würzburg 2002: Der Deutsche ist ein Weltstar geworden. Aber er hat seine Wurzeln nicht vergessen. Nowitzki zahlt der Sporthilfe aus Dankbarkeit seine Fördergelder zurück. Heute hilft er mit seiner eigenen Stiftung jungen Nachwuchssportlern.

Leistung. Fairplay. Miteinander.
Die Prinzipien des Sports stärken unser Land.

Neunzig Prozent aller deutschen Medaillen bei EM, WM und Olympischen Spielen werden von Sporthilfe-geförderten Athleten gewonnen. Sporthilfe-Athleten achten die Grundsätze des Sports und werben für unser Land.

www.sporthilfe.de



A star was born

Die Markenkampagne 2006 war die Wiege des bis heute gültigen Sporthilfe-Wertedreiklangs „Leistung. Fairplay. Miteinander.“

Dirk Nowitzki entwurzelt? Franziska van Almsick am Boden? Timo Boll als Staatsfeind? Im Gegenteil! Mit aufmerksamkeitsstarken Anzeigenmotiven startete die Sporthilfe 2006 unter dem damaligen Vorstandsvorsitzenden Hans Wilhelm Gäb erstmals in ihrer Geschichte eine Kommunikations- und Anzeigen-Kampagne. Authentische Ereignisse aus der Welt des Spitzensports zeigten Athlet:innen, die die Werte des Sports in außergewöhnlicher Weise verkörpern – die Leitbegriffe der Sporthilfe „Leistung. Fairplay. Miteinander.“ waren geboren.

Die Kommunikations-Initiative, zu der auch Außenwerbung und TV-Spots gehörten, wurde mit der pro bono-Unterstützung von Sportfachverbänden, Medien- und Wirtschaftsunternehmen sowie der Bereitstellung von kostenlosem Anzeigenraum in großem Stile umgesetzt und bildete die Voraussetzung für die heutigen vielfältigen Partnerschaften.

Auch vor 17 Jahren scheute die Sporthilfe vor unangenehmen Themen nicht zurück, sagte stattdessen Unfairness und Leistungs-Manipulation den Kampf an. Doping als „Mörder der Sportler und der sportlichen Idee“ wurde klar benannt und als Antwort der „Sporthilfe-Eid“ eingeführt. Dieser beinhaltet eine schriftliche Verpflichtung der Athlet:innen, die Prinzipien des Sports zu verteidigen und das feierliche Gelöbnis, „niemals zu dopen“ und gegen jede Art der Leistungsmanipulation aufzustehen. Bis heute ist die Unterschrift der Athlet:innen Voraussetzung für die Aufnahme in die Förderung. Bei Verstößen gegen den Eid hat die Sporthilfe das Recht, gezahlte Fördergelder zurückzufordern.

Und Dirk Nowitzki? Der Basketball-Weltstar hat bis heute seine Wurzeln nicht vergessen. Als Mitglied im Sporthilfe Alumni-Club ist er auch weiterhin eng mit der Sporthilfe verbunden und unterstützt die Ziele der Stiftung, wann immer er die Möglichkeit dazu hat.



Die Neuen in Paris

Bei den Olympischen Sommerspielen 2024 wird es neben den bekannten Sportarten auch einige Premieren geben. Im Schlaglicht werden drei von ihnen näher vorgestellt: Breaking, Kajak-Cross und Formula Kite.

Breaking

Gestatten: Breaking, eine der Neuen. Die Sportart soll frischen Wind ins olympische Programm bringen. Dinge anders machen als viele klassische Disziplinen. Olympia neu denken, Startpunkt Paris 2024. Was sie nicht machen soll: sich selbst verändern, ihre Strukturen, ihren Style. Genau darin sehen jedoch Einige in der Breaking-Szene die große Gefahr. Die Aufnahme in die olympische Charta als Marketingfalle? Oder gar die Kommerzialisierung bis hin zum Ausverkauf einer urbanen Bewegung?

Fragt man die aktuell beste deutsche Breakerin, Jilou Rasul, so spürt man, dass sie diese Thematik sehr beschäftigt. „Viele Kolleg:innen aus der Szene sehen die aktuellen Entwicklungen kritisch. Durch die neu geschaffenen Strukturen und den Druck der Verbände geht teilweise etwas der Spaß verloren. Das finde ich schade“, so die 30-Jährige. Denn B-Girl Jilou, wie sie unter Kolleg:innen gerufen wird, sieht in der olympischen Bewegung eine große Chance für die ganze Sportart. „Viele Athlet:innen können es sich jetzt erst leisten, den Sport zielgerichtet auszuüben.“ Das Niveau sei mit der Olympia-Zusage und entsprechenden Fördergeldern deutlich gestiegen, der Konkurrenzkampf sei so hart und spannend wie nie, ergänzt sie. So sehr, dass auch die zweimalige WM-Bronzemedaillegewinnerin noch einen weiten Weg zur finalen Olympia-Qualifikation vor sich hat.

32 Startplätze gibt es insgesamt im Breaking, aufgeteilt auf je 16 B-Girls und B-Boys. Der Weg bis zu den begehrten Plätzen ist vielschichtig, neben der Weltrangliste zählen auch Wettkämpfe wie die WM oder eine Olympic Qualifier Series als potenzielle Auswahlkriterien. Wer planen will, muss also Punkte sammeln – und die Jury reihenweise von sich überzeugen. Bewertet werden bei den Duellen zweier Konkurrent:innen, die über drei Runden ausgetragen werden, verschiedene Elemente der Performance. In der Mischung aus Tanz, Musik und Athletik geht es um Physis, Ausdrucksstärke, aber eben auch um „Individualität und große Moves“, wie B-Girl Jilou es beschreibt. Diese Aspekte könnten in der Sportart, die ihre Anfänge im New York der 1970er-Jahre hat, den Unterschied machen, erklärt die Wahl-Berlinerin.

Wer einmal bei einem Battle anwesend war oder Aufnahmen davon gesehen hat, bekommt eine Vorstellung davon, was Breaking für die B-Girls und B-Boys bedeutet: Identifikation, Selbstbewusstsein, Freude am Mit- und Gegeneinander. Dass diese Werte auf dem Weg zur Integration ins olympische Programm nicht verlorengehen, ist ein schmaler Grat in einer Szene, die viel Wert auf ihre Unabhängigkeit legt. Oder wie Jilou Rasul es formuliert: „Breaking ist in manchen Dingen einfach anders als die klassischen Sportarten. Das war aber ja auch der Gedanke dabei, es ins Programm aufzunehmen: Dass man eben nicht alles gleich macht, sondern eher auch neue Impulse liefern kann.“

Breaking und Olympia, to be continued.



Kajak-Cross

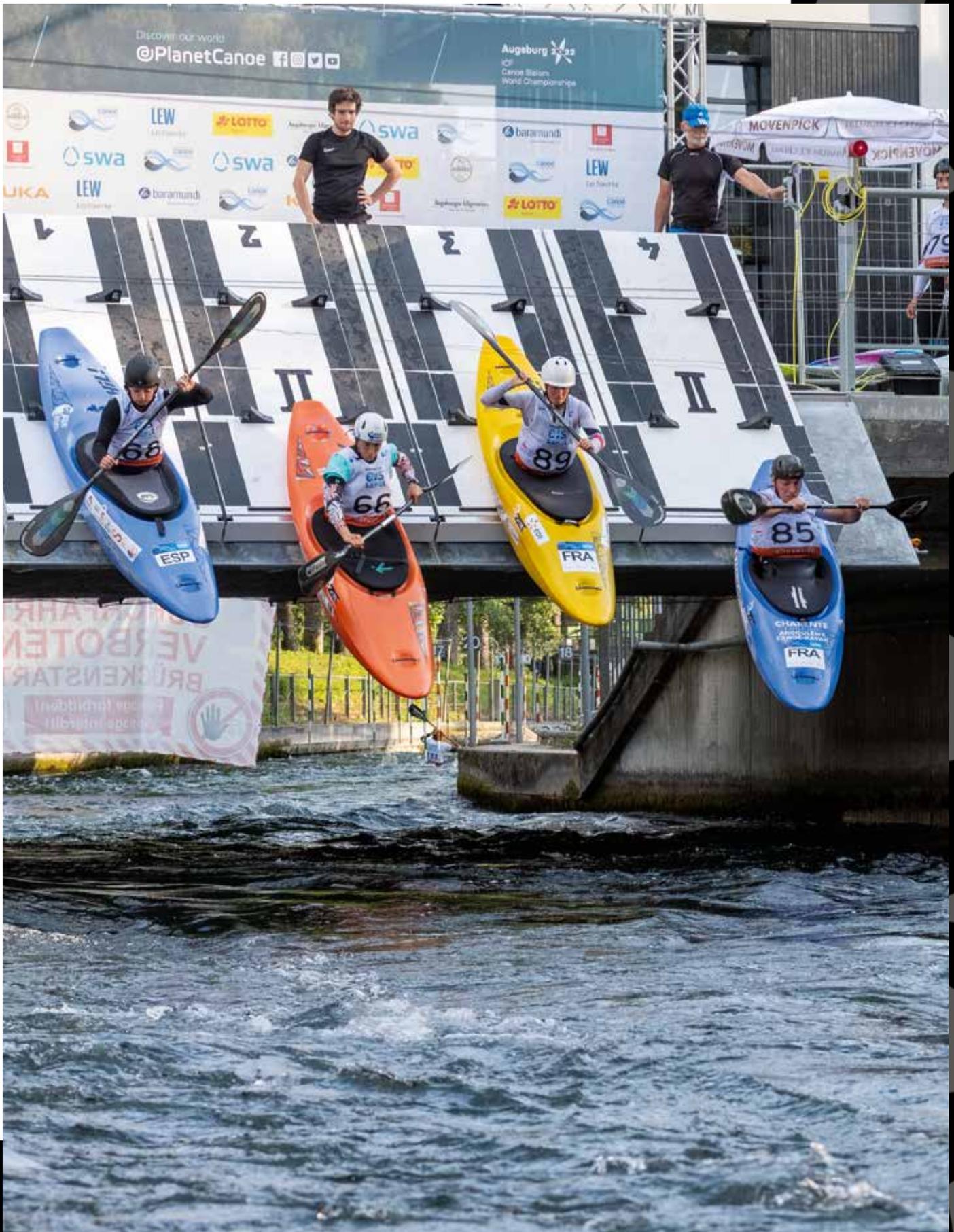
Nun also Kajak-Cross. Wer bei der neuen Disziplin im Kanusport auf Namenssuche geht, wird schnell merken: das Ganze verdient auch ein Jahr vor den Olympischen Sommerspielen noch das Prädikat „work in progress“. „Die Zuschauer:innen wollen ein Spektakel bekommen, die Sportart soll TV-tauglich sein. Dafür wurden nicht nur der Name, sondern auch einige Regeln geändert“, beschreibt Stefan Hengst den aktuellen Status. Der 29-Jährige muss es wissen, ist er doch bereits seit einigen Jahren im ehemals als Extrem-Kanuslalom oder auch Boater-Cross titulierten Format aktiv. Und das sehr erfolgreich: als Weltmeister 2019 und Bronzemedailengewinner 2022 bei der Heim-WM in Augsburg hat Hengst bereits bewiesen, dass ihm diese Disziplin liegt.

Eine Disziplin, die eng verbunden ist mit dem klassischen Kanuslalom im Kajak-Einer. Denn: Eine Qualifikation im Kanuslalom bedingt automatisch zur Startberechtigung im Kajak-Cross-Rennen. Für Stefan Hengst eine einfache Rechnung: „Letztlich ist es für uns im Kanuslalom super hilfreich und das Beste, was passieren konnte. Du hast direkt eine Medaillenchance mehr.“ Dass nicht alle Athlet:innen im Kanusport diese Meinung teilen, liegt am Verteilungssystem des Weltverbandes. Denn durch die Aufnahme der neuen Disziplin in das olympische Programm wurden gleichzeitig einige Strecken im Kanurennensport aus ebenjenem gestrichen. Diskussionen vorprogrammiert.

Wie schwierig es ist, eine neue Disziplin Olympia-tauglich zu gestalten, zeigt sich jedoch nicht nur in den Auseinandersetzungen zwischen den Lagern Rennsport und Slalom. Auch Fragen rund um die TV-Tauglichkeit oder den Unterhaltungswert dienliche Elemente im Rennen mussten neu diskutiert werden. „Es ist durch Olympia natürlich viel in Bewegung gekommen. Wichtig ist für mich vor allem, dass man die Athlet:innen bei den Überlegungen mit einbindet“, schildert Stefan Hengst seine Sichtweise.

Eine Sportart also, die sich in gewisser Weise noch in der Findungsphase befindet. Die eine spezielle Ausrüstung erfordert, von Paddel über Helm bis zur Schwimmweste. Und ein mindestens 18 kg schweres Boot, das maximal 2,74 m lang sein darf und dessen Material aus Polyethylen besteht. Und die von außen betrachtet einer recht simplen Logik folgt: Vier Athlet:innen starten zeitgleich von einer mehreren Meter hohen Rampe in den Kanal – wer am Ende als Erste:r die Ziellinie überquert, gewinnt.

Auf dem Weg dorthin ist Vieles erlaubt. Die Konkurrent:innen rammen, die Hindernisse berühren, dazu ein extremes Taktikspiel, gepaart mit Kraft und Schnelligkeit. Spannung und mitreißende Rennen sind also garantiert. Ob das neue olympische Spektakel im Wildwasser-Kanal dann am Ende Kajak-Cross heißt oder noch einen neuen Namen bekommt: Wen interessiert das überhaupt?



Formula Kite

Viele Wege führen nach – Paris. Oder auch Marseille, wie im Fall von Leonie Meyer. Nachdem die Olympiakampagne 2016 im olympischen 49er-Segeln unter anderem aufgrund von Verletzungen scheiterte, wagte die gebürtige Osnabrückerin den Neuanfang im Kitesurfen. Und kämpft nun, in der offiziell als Formula Kite bezeichneten Sportart, wieder um das begehrte Ticket zum olympischen Showdown. Es wäre eine Premiere für die 30-Jährige, die „das Erlebnis Olympia spüren, dort endlich einmal am Start stehen“ möchte. Premiere feiern wird auch ihre neue Disziplin, die als Teil des olympischen Segelprogramms eingegliedert ist – und im Gegensatz zu anderen Neulingen fest mit einer Fortführung in Los Angeles 2028 planen kann.

Einen Quotenplatz pro Nation gibt es im Kiten zu ergattern, Chancen dazu gibt es bei verschiedenen Wettkämpfen in den nächsten Monaten. Leonie Meyer ist guter Dinge, diese Qualifikation zu schaffen – auch wenn sie weiß, „dass immer etwas dazwischenkommen kann.“ Als Mutter eines zweijährigen Sohnes und Studentin der Humanmedizin kennt sie die Herausforderung, familiären Alltag, Berufliches und den Leistungssport unter einen Hut zu bekommen, nur zu gut.

Auf dem Wasser zu sein und auf dem Board zu stehen, kann da Ablenkung bieten. Denn Formula Kite fordert vollen Fokus. Als schnellste jemals bei Olympia gelistete Art des Segelns verspricht die Disziplin vor allem eins: Highspeed-Rennen im Hafen Roucas-Blanc vor Marseille. Um Kite und Co. zielgerichtet zu steuern, bedarf es einer ausgesprochenen Körperkontrolle, Fitness, und Athletik. Wenn all diese Faktoren zusammenkommen, ergibt sich ein bemerkenswertes Bild sich duellierender Starter:innen auf dem Wasser. Dass sich Kitesurfen auch im Hobbysport und speziell unter Jüngeren immer größeren Interesses erfreut, wird die Begeisterung für die Wettbewerbe sicherlich nicht schmälern.

Die olympische Disziplin Formula Kite als Lockmittel für junge Menschen? Für Leonie Meyer ein absolut denkbares Prinzip: „Man merkt ja, wie sich der Altersdurchschnitt immer weiter senkt. Wenn neben dem Spaß am Sport auch die Perspektive Olympia geboten werden kann, wird Kiten sicherlich immer attraktiver.“ Darüber hinaus geht es auch um die strukturelle Einbindung der Disziplin in den nationalen und internationalen Verbänden. Ständen Leonie und Kolleg:innen in der Vergangenheit keine fixen Kaderplätze zur Verfügung, wird Kitesurfen nun auch immer besser integriert und professioneller betreut.

Gute Aussichten also für den Neuling im Segelsport – damit auch in Zukunft viele Wege zu Olympia führen. Nicht nur in Paris.



Kampfmaschine und Strategie

„Pilic hat es geschafft, uns zu vereinen“, erklärte Stich im Rückblick das im Verlauf des Turniers immer besser werdende Verständnis auf dem Court. Und Becker beschrieb die Zusammenarbeit so: „Michael hatte die bessere Technik, ich den größeren Willen. Er war der Strategie, ich die Kampfmaschine.“

Misserfolge als goldene Basis

Der schwierigen Doppel-Mission kamen ausgerechnet Misserfolge im Einzelturnier zugute. Stich hatte dort bereits in der zweiten Runde verloren, Becker war im Achtelfinale gescheitert. Danach blieb den Rivalen nichts anderes übrig, als sich zusammenzurufen und ihre Animositäten zur Seite zu schieben.

Empathie in dunkler Stunde

Nach dem jeweiligen Karriereende entspannte sich das Verhältnis der beiden. Gemeinsam standen sie bei Show-Matches auf dem Court oder bei Quizshows vor der TV-Kamera. Und als Becker im Gefängnis in Großbritannien einsaß, schickte ihm Stich einen dreiseitigen Brief. In Beckers schwerstem Moment hielt ausgerechnet sein einst größter Rivale zu ihm.



Diplomat und Lügner

Da Becker und Stich nicht bereit waren, sich im persönlichen Gespräch über die kommende Match-Taktik auszutauschen, pilgerte Coach Niki Pilic unermüdlich zwischen ihren Zimmern hin und her. Die Krux dabei: Stich wohnte im und Becker außerhalb des Olympischen Dorfes. „Ich musste sehr diplomatisch vorgehen und viel lügen, um alles im Lot zu halten,“ sagte Pilic später.

Heimflug statt Siegesfeier

Anstatt mit allen Beteiligten die Goldmedaille zu feiern, flog Stich noch am Abend zurück nach Deutschland. Es sei definitiv ein Fehler gewesen, erklärt er viele Jahre später. Gut möglich, dass irgendwann nochmal nachgefeiert wird. Boris und er seien beide entspannt, was die Vergangenheit angehe. Beide wüssten, dass sie einander viel zu verdanken haben.

Die großen Rivalen

Boris Becker und Michael Stich gewinnen 1992 in Barcelona gemeinsam olympisches Gold und schreiben ein besonderes Kapitel deutscher Sportgeschichte.

Die Schläger fliegen vor unbändiger Freude in die Luft, es folgt eine so innige Umarmung, als wären sie die besten Freunde. Im Moment des großen Erfolgs und im Überschwang der Gefühle spielt die Rivalität zwischen Deutschlands besten Einzelspielern der 1990er-Jahre für ein paar Minuten keine Rolle: Boris Becker und Michael Stich sind Olympiasieger im Doppel und gewinnen Gold für Deutschland! Ein Moment für die Geschichtsbücher.

Lange hatten es die meisten für einen Witz gehalten, dass die großen Rivalen bei den Olympischen Spielen 1992 in Barcelona gemeinsam im Doppel antreten würden. Die Konkurrenz zwischen beiden ist so groß, dass sie zu dieser Zeit kein Wort miteinander reden. Doch der damalige Davis-Cup-Kapitän Niki Pilic schafft es mit viel diplomatischem Geschick, die Konkurrenten – zumindest auf dem Tennisplatz – zusammenzubringen.

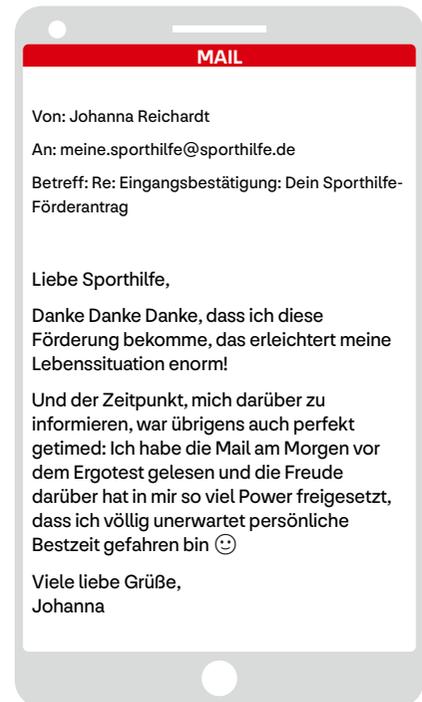
Eine Zweckgemeinschaft, die genau für die Zeit des olympischen Doppelturniers andauert. Nachdem sie den Matchball im Finale verwandelt haben, geben sie im Freudentaumel noch für ein paar Minuten ein bis heute einzigartiges, harmonisches Bild ab. Denn was die beiden Weltklassespieler einte, war der Traum von der olympischen Medaille. Unmittelbar nach dessen Vergoldung gehen sie wieder getrennte Wege. 2015 werden beide in die „Hall of Fame des deutschen Sports“ aufgenommen.

Sportlergrüße

aus Briefen, Karten, Mails und Posts an die Sporthilfe



Maria Tietze
(Para-Leichtathletik)



Johanna Reichardt (Rudern)



Sophie Scheder (Kunstturnen)



Frauen-Nationalmannschaft Ringen



Den Besten auf der Spur

Ein regionaler Blick auf drei besondere Förderbausteine Richtung Paris 2024

Die Sporthilfe unterstützt gemeinsam mit ihren Partnern Deutschlands größte Medaillenhoffnungen für Paris im nächsten Jahr in ihren Elite-Programmen. Analysen früherer Olympischer Spiele haben gezeigt, dass fast zwei Drittel der Elite-Sportler am Gewinn olympischer Medaillen beteiligt waren und 90 Prozent einen Finalplatz erreichten. Aktuell erhalten 58 Athlet:innen mit WM-Medaillenerfolgen in olympischen Einzeldisziplinen die Mercedes-Benz Elite-Förderung. In die Anfang 2023 neu ins Leben gerufene Elite-Förderung für Para-Athlet:innen, die von PwC Deutschland finanziert wird, sind 18 Paralympics-Kandidat:innen aufgenommen worden. Darüber hinaus erhalten momentan 240 der besten Talente aus dem olympischen und paralympischen Sommersport die von der DFL Stiftung finanzierte Nachwuchselite-Förderung. Zusätzlich werden seit Juni 2023 Medaillenkandidat:innen über die ElitePlus-Förderung (hier nicht abgebildet) unterstützt.





GEMEINSAM IM SPORT

Sport verbindet Menschen, Gesellschaften und Kulturen. Sport steht für Vielfalt, Gemeinschaft, Teilhabe und Inklusion. Sport lässt Erfolge und Niederlagen erfahren. Sport macht stark. Sport lebt Werte wie Fairness, Teamgeist und Toleranz. Sowohl in der Spitze als auch in der Breite.

Sportler*innen sind Vorbilder, deren Aktivitäten die Deutsche Telekom gerne unterstützt – auch und besonders in schwierigen Zeiten. Gemeinsam im Sport.

Deutsche Telekom, Partner des Sports und der Sporthilfe-geförderten olympischen und paralympischen Athlet*innen.



ICH WILL AUCH IM HÖRSAAL PUNKTEN.

#PositiverBeitrag

UND DAS IST ERST DER ANFANG.

Unser Sport-Stipendium ermöglicht es jungen Talenten,
im Leistungssport und Studium alles zu geben.



Sporthilfe