FC Einheit steht vor einem Neuanfang

Fußball • Wernigerode (vs) Verbandsligist FC Einheit Wernigerode hat sich neu aufgestellt. Neben Andreas Petersen, der in der sportlichen Leitung zum Verein zurückkehrt, wird Frank Rosenthal das Amt des Cheftrainers übernehmen. Rosenthal ist ebenfalls ein Rückkehrer: Er durchlief beim FC Einheit als Spieler etliche Stationen. Zuletzt trainierte er den Ligarivalen SV Westerhausen.

Für den sportlichen Leiter Dirk Rühr fiel die Entscheidung nach folgenden Überlegungen: „Wir müssen einen Trainer haben, der viele Komponenten aufweist: Er sollte aus der Region kommen, mit Wegen so kurz wie möglich. Denn der Draht zu der Mannschaft soll auch da sein. Er sollte das Umfeld, auch Einheit Wernigerode kennen, die Spieler vielleicht auch schon, und mit dieser Philosophie, die wir haben, umzugehen wissen."

Trennung mit Nebengeräuschen

Rosenthal erfüllt diese Kriterien, hält sich in puncto zukünftige Ziele aber noch bedeckt: „Mit jungen Leuten musst du versuchen, die Klasse zu halten und etwas zu entwickeln. Das ist die Idee."

Der Neuaufstellung gingen jedoch ziemlich turbulente Wochen voraus. Einheit Wernigerode und Coach Marko Fiedler trennten sich Ende Mai nach nicht einmal einem Jahr Zusammenarbeit. Auf die von Rühr verkündete Trennung „in beiderseitigem Einvernehmen" folgte eine Gegendarstellung von Fiedler. Er sei weder Initiator der Trennung gewesen, noch habe man sich einvernehmlich getrennt. Ein Kritikpunkt von ihm: „Das Trainer-Gremium wurde nicht im Geringsten in Personalplanungen einbezogen."

Berichtigung

In dem Beitrag „Mehr als nur ein Hobby", erschienen am 9. Juni, ist uns leider ein Fehler unterlaufen. Die Reiterin vom RFV Magdeburg heißt Julia Töpfer und nicht, wie fälschlicherweise angegeben, Julia Prüfer. Wir bitten Sie, das zu entschuldigen.

Fußball im Netz

FuPa.net sachsen-anhalt

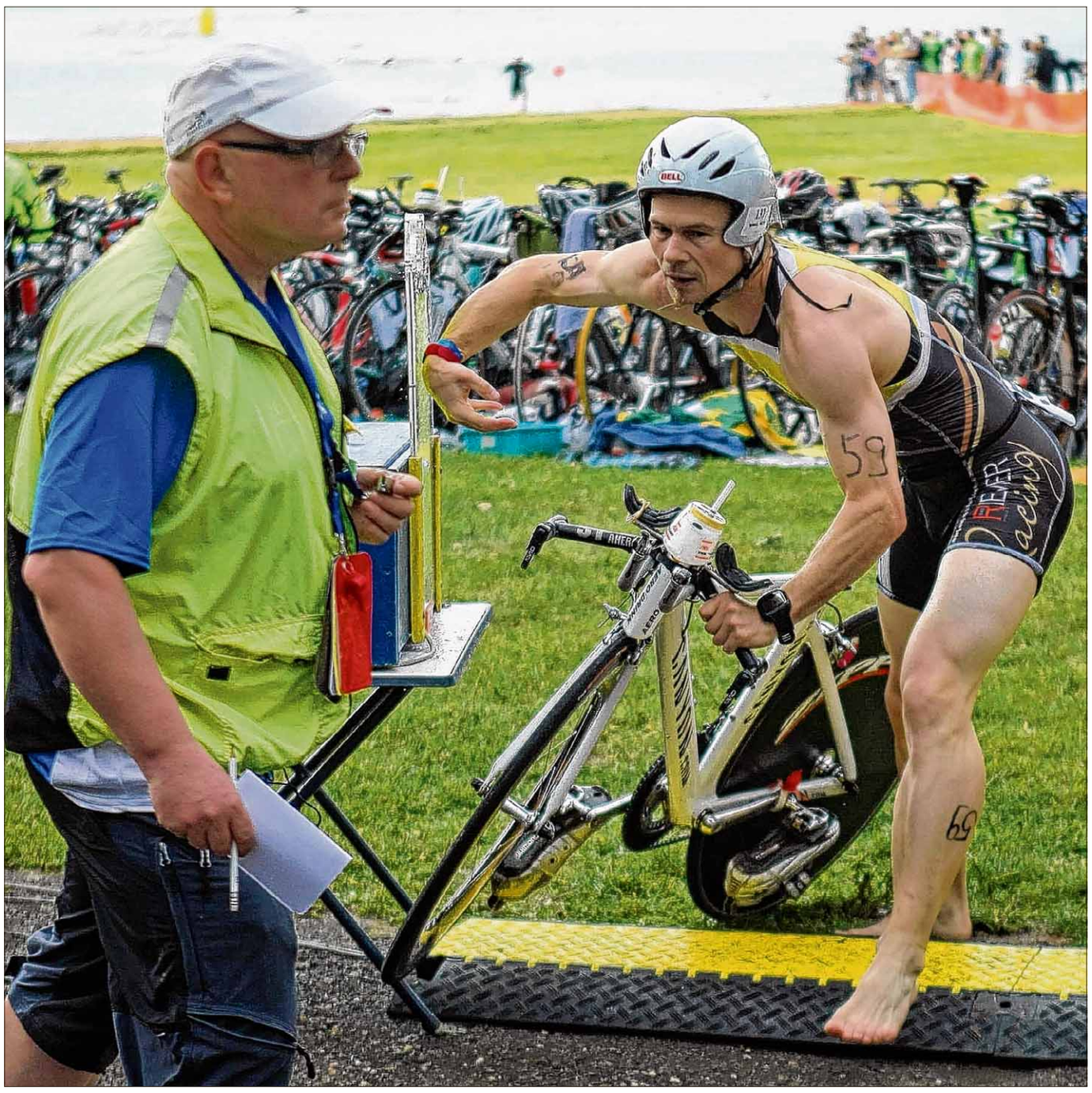
So langsam kommt, trotz der Auswirkungen der Corona-Krise, wieder Bewegung in das Spiel mit dem Ball, wenn auch zuvorderst in den Trainingsbetrieb. Auf FuPa präsentieren wir Ihnen Neuigkeiten aus den Vereinen, aber auch weiterhin viele Geschichten abseits des Spielbetriebs. So basteln einige Vereine bereits an ihren neuen Mannschaften, verstärken sich mit vielen Kickern. Weitere Spieler stellen unter einer Rubrik ihr Dream-Team vor. Zudem blickt FuPa auf die Situation im Meisterschaftsendkampf der Saison 2011/12 zurück. Einen Spieltag vor Ultimo feierte der MSV 90 Preussen einen 2:0-Erfolg beim HFC II, übernahm die Verbandsliga-Tabellenspitze. Alles Weitere auf:

www.fupa.net/sachsen-anhalt

Der ewige Gramm

Triathlon Warum für den Magdeburger das Corona-Jahr keine verlorene Saison ist

Was macht ein Triathlet in der Corona-Krise? „Nichts", sagt Christian Gramm vom MTC Riemer lächelnd. Zumindest macht Christian Gramm schon seit einiger Zeit weniger als früher, als er noch überall dabei sein musste. Weil es überall für ihn um den Sieg ging.



Schnellster in der Wechselzone: Christian Gramm kommt immer gut aus dem Wasser, kommt immer schnell über die Radstrecke, kommt aber immer mit Verzug über die Laufdistanz. Und trotzdem hat er sich viele Siege gesichert. Foto (Archiv): Eroll Popova

Von Daniel Hübner

Magdeburg • Christian Gramm ist Informatiker. Aber kein Nerd. Erst recht kein Stubenhocker. Eher ein bisschen verrückt nach Wasser und Asphalt. Nach Schwimmen, Radfahren, Laufen. Christian Gramm hat sich in allen drei Disziplinen bis zur Corona-Krise geübt. Aber als klar war, dass aus seiner Übung in diesem Jahr kein Meister mehr werden würde, weil nach und nach viele Wettbewerbe abgesagt wurden, „habe ich die Saison komplett abgehakt", berichtet der Triathlet vom Magdeburger TC Riemer.

Zuletzt ist er also nicht mehr geschwommen oder gelaufen. Zuletzt ist er nur noch Rad gefahren. Nicht allein. Zum Beispiel mit Lebensgefährtin Marisa Pfeifer, die dem Sport ebenfalls leidenschaftlich verfallen ist. Und mit ihren drei Kindern, die womöglich am Anfang dieser Leidenschaft stehen. Die Gabe dazu hat der Papa selbst in Zeiten des Homeschooling (Heimschule) weitergegeben. „Statt Mathe- haben wir Sportunterricht gemacht", berichtet Gramm lachend.

Sportunterricht war nicht das, in dem er selbst als Schüler unbedingt glänzen konnte. Er war sogar mal Torwart, im Fußball. Weil er für alles, was eine athletische Komponente mit sich bringt, „schlichtweg zu faul war", sagt er. Er musste erst einen Lehrgang zum Rettungsschwimmer absolvieren im Jahre 1984, um auf Triathlon aufmerksam zu werden. Er musste eine eigene Veranstaltung mit zwei Freunden aus der Taufe heben, um bei seinem ersten Wettbewerb zu starten. „Das war 1985, da sind wir im Barleber See geschwommen, bis zum Hasselbachplatz und zurück geradelt und noch zwei Runden um den See gelaufen – und ich habe gewonnen."

Den Wettbewerb gibt es nicht mehr. Aber es gibt den Uni-Triathlon des USC, der am 3. Juni stattfinden sollte. Und es gibt den Team-Triathlon des MTC Riemer, der am 13. September geplant war, aber vom Verein ebenfalls abgesagt werden musste. Was machen Triathleten also in dieser Zeit? „Nichts", sagt Gramm. Bislang zumindest. Nun sind Bäder und Schwimmhallen wieder geöffnet. Dann darf auch Gramm wieder schwimmen.

> „Beim ersten Start über die olympische Distanz bin ich beim Laufen gestorben."

Tatsächlich hat er in den 35 Jahren, in denen er diesen Sport betreibt, seine Kraul-Qualitäten in den Magdeburger Hallenbecken geformt. Elbehalle, Halle Nord, Halle Olvenstedt, Dynamobad. „Ich gehöre tatsächlich zu denjenigen, die im Training lieber Kacheln zählen", bestätigt Gramm. Die wenig mit Neopren-Anzügen experimentieren vor einem Wettkampf. Sondern die von sich behaupten können: „Es gibt Dinge, die kann ich einfach: Und dazu gehört Freiwasser." Und Schwimmen überhaupt. Und Radfahren noch viel mehr. Gramm sagt: „Wenn ich nicht nach dem Radfahren als Erster in die Wechselzone komme, dann habe ich einen schlechten Tag."

Nur Laufen, da geht ihm immer etwas die Puste aus. „Bei meinem ersten Start über die olympische Distanz 1985 in Zielitz bin ich beim Laufen gestorben", erinnert er sich über seine ersten zehn Kilometer in den Schuhen, nach 1,5 Kilometer im Wasser und 40 Kilometern auf dem Rad. „3:20 Stunden habe ich damals gebraucht." Für eine Distanz, auf der er heute mindestens eine Stunde schneller ist. Und auf der er danach auch nicht mehr „gestorben" ist. Wenngleich das Laufen immer der schwächere der drei Abschnitte war und bleiben wird.

Ambitionen, das zu ändern, hat er nicht. Nicht mehr. Sein letzter Sieg datiert vom 18. Juli 2010, erzielt beim 6. Geiseltal-Triathlon in Roßbach. „Die Zeiten, dass ich bei allen zehn Landesliga-Wettkämpfen in der Saison dabei sein musste, weil es dringend etwas zu gewinnen gibt, sind vorbei", sagt Gramm. Sie sind seit sechs Jahren vorbei, seit einer Saison, die mit vielem Training begann, in der Gramm aber vergeblich seinen Erfolg suchte und die er deshalb mit einer „Sinnkrise" beendete. „Da habe ich gemerkt, dass ich langsam alt werde", sagt Gramm, der von sich seither behauptet, ein „alternder Hobbyathlet" zu sein. In Sachsen-Anhalt ist er allerdings der ewige Gramm, eine Triathlon-Persönlichkeit.

> „Mein Trainingspensum beschränkt sich mittlerweile auf 17 Stunden pro Woche."

Er ist 52 Jahre alt und hat alle Ziele erreicht, die er erreichen wollte. Immer. Und er hat Geschichten gesammelt, die nur wenige erzählen können.

Wie die Geschichte von seinem Einstand als Radsportler, als er 2005 an der Taiwan-Tour des Weltverbandes UCI teilnahm. Als das Team Sigma Sport mit seinem Freund Karsten Bombach noch einen Starter suchte. Als er sich sechs Etappen lang durch Asien berghoch und -runter quälte. Als er auf dem vorletzten Teilabschnitt über 190 Kilometer auf Platz 18 fuhr. „Man muss wissen, dass ich noch nie zuvor eine solche Distanz mit dem Rad zurückgelegt habe an einem Tag. Und dann fuhr ich auch noch in die Punkteränge der UCI und zur Geldprämie", berichtet er.

Die letzte Etappe führte ihn sogar über 220 Kilometer zum Ziel und er belegte immer noch Rang 27 unter 66 Startern, die auch einen Platz in der Gesamtwertung fanden. Gramm belegte letztlich den vorletzten Rang mit 1:29:38 Stunden Rückstand auf Sieger Ahad Kazemi aus dem Iran.

Und es gibt die Geschichte von seinem Besuch des Ironman in Hawaii, als er 1995 zur Unterstützung von Patrick Lücke und Ron Schmidt, heutiger Nachwuchs-Bundestrainer und persönlicher Coach der Potsdamer Weltklasse-Athletin Laura Lindemann, nach Übersee flog, sich selbst mal auf der Schwimmstrecke ausprobierte: „Aber in dem glasklaren Wasser konnte ich die Fische unter mir sehen. Und es herrschte dort eine starke Strömung." Und der dann auch einen Radversuch auf dem 180 Kilometer langen Abschnitt startete: „Zum Wendepunkt habe ich mich in den Bus gesetzt." Und ist zurückgefahren worden. Trotzdem: „Es war ein Ereignis." Nur keines, bei dem Gramm jemals eine aktive Rolle spielen wollte.

Die Langdistanz hat er trotzdem absolviert, fünfmal sogar, aber in keinem Wettbewerb, der einen großen Namen trägt. Ein Ironman kommt für Gramm auch nicht mehr infrage. Nicht bei seinem Trainingspensum: „Das beschränkt sich inzwischen auf 17 Stunden pro Woche. Und während andere noch weiterradeln, mache ich wirklich dann Schluss." Aber nicht mit dem Sport an sich.

Denn Gramm wird es auch im nächsten Jahr auf den Strecken des Landes geben. Die Motivation dafür hat er in der Corona-Krise und in einer Saison ohne Herausforderung nämlich nicht verloren. Gramm sagt: „Wenn man so lange wie ich den Sport betreibt, dann kommt es auf ein Jahr weniger auch nicht mehr an."

Positive Testergebnisse als Motivationsschub

Volksstimme-Aktion Tobias Schwarz absolviert als einer der ersten Probanden den Check-up im Klinikum Magdeburg

Von Dennis Uhlemann

Magdeburg • Der Daumen ging nur kurz nach oben. Das reichte als Signal, dass noch alles in Ordnung war. Anders konnte Tobias Schwarz, einer der Probanden bei der „Mission Marathon", das Dr. Michael Sudau, dem Arzt des Klinikums Magdeburg, auch gar nicht mehr mitteilen. Denn er war gerade mittendrin in seiner Spiroergometrie, einem Belastungstest auf dem Ergometer. Auf der höchsten Stufe war das Sprechen nicht mehr möglich. Auch all die Verkabelungen inklusive Atemmaske halfen nicht gerade.

Der Belastungstest war dabei nur das Ende einer ganzen Reihe von Untersuchungen. Das ging von Blutabnahme bis Echokardiografie. Auch EKG- und BIA-Messung standen auf dem Programm. Letztere bestimmt die genaue Körperzusammensetzung. „Bei mir war da ein trauriger Smiley auf dem Bildschirm zu sehen", berichtet Schwarz lächelnd. Doch Sudau verdeutlicht: „Umso positiver wird dann die Entwicklung."

Denn die Teilnehmer der „Mission Marathon" sollen nicht nur für den Lauf im Spätherbst fit gemacht werden, sie sollen eben auch gesünder werden, im besten Fall Körperfett verlieren und mehr Muskeln aufbauen.

eine Aktion von Volksstimme und Klinikum Magdeburg

Bei der Spiroergometrie mussten die Probanden strampeln, hier Tobias Schwarz (r.), Dr. Michael Sudau analysierte die Daten. Foto: Uhlemann

Der 36-Jährige kam beim ersten von – über die gesamte Projektzeit – insgesamt drei Belastungstests jedenfalls ganz schön aus der Puste. „Auf der neunten Stufe hat mein Muskel zugemacht", berichtet der ehemalige Ruderer, der aber seit vier Jahren nicht mehr trainiert hat. „Vom Kreislauf her war noch mehr drin", fügte Sudau an.

Dass Schwarz an seine Grenzen kam, war jedoch völlig normal. Sogar gewünscht. Seine Werte waren absolut in Ordnung. Als einer der ersten Teilnehmer erhielt er damit die „Freigabe" für den Trainingsbetrieb. Und weil der Familienvater sozusagen „aus der Kalten heraus" den Marathon angehen möchte, will er nun auch durchstarten. „Ich weiß jetzt, dass alles in Ordnung ist und ich an meine Belastungsgrenzen gehen kann."

Noch am gleichen Tag hat sich Schwarz vorgenommen, die Laufschuhe zu schnüren. Gut fünf Kilometer hat er gemeistert. Bleibt zu hoffen, dass auch die anderen Probanden nach dem ersten Check-up mit so viel Motivation das Laufen angehen.

FC Viktoria Köln kommt!

Morgen in Ihrer Volksstimme – das Stadionheft mit allen wichtigen Informationen zu den Spielen.

130 JAHRE Volksstimme
Eine Zeitung der Mediengruppe Magdeburg