

KTT siegt in Pulheim in Rekordzeit

TRIATHLON Die Kölner Staffel egalisiert den zwölf Jahre alten Rekord des LT DSHS

Köln. Beim 15. Pulheimer Staffelmaraathon, der großen Auftaktveranstaltung der Ausdauersaison im Rheinland, war das Kölner Triathlon-Team 01 die stärkste Mannschaft. Bei guten Bedingungen gingen über 220 Teams an den Start, darunter neben vielen Breiten- und Hobbysportlern einige Laufspezialisten und eine Reihe ambitionierter Triathlon-Vereine.

Von Anfang an machte die erste Staffel des Kölner Bundesligisten klar, dass für sie nur der Sieg zählt. Und letztlich dokumentierten die Kölner ihre Dominanz, indem sie in der Besetzung Moritz Kümmler, Robert Sgazidroga, Yannic Stollenwerk, Johann Ackermann, Niclas Bock und Lander Dircken beim vierten Sieg in Serie in Pulheim nicht nur einen Vorsprung von fast acht Minuten auf die zweitplatzierte Staffel vom GVG-Laufteam herausholten, sondern in 2:16:15 Stunden auch den zwölf Jahre alten Streckenrekord des LT DSHS Köln egalisierten.

Der zweiten Mannschaft des KTT 01 gelang es darüber hinaus, sich mit Schlussläufer Frederik Martin den dritten Platz zu sichern. Auch an der Schülerstaffel des KTT 01 führte in diesem Jahr kein Weg vorbei. Sie schaffte bei der zwölften Teilnahme den elften Sieg und stellte in der Besetzung Hensel, Ghandomi, Seipolt, Gaab, Hütteler, Mazur, Fröhling, Bong und Abel in 2:37:30 Stunden ebenfalls einen Streckenrekord auf. Damit landete sie in der Gesamtwertung der Staffeln auf einem beeindruckenden 13. Rang. (ksta)

BASKETBALL

Schwache erste Hälfte kostet die 99ers den Sieg

Köln. Die U-19-Basketballer der Köln 99ers haben sich in der Nachwuchs-Bundesliga (NBBL) dem Jugendteam der Artland Dragons Quakenbrück mit 52:58 (18:39) geschlagen geben müssen. Insbesondere in der ersten Halbzeit zeigte die Mannschaft von Trainer Stephan Baeck vor 200 Zuschauern, darunter auch Nationalspieler Tibor Pleiß von den Brose Baskets Bamberg, eine schwache Leistung. Schon das erste Viertel ging mit 25:10 an die Niedersachsen, zur Halbzeit lagen die Kölner mit 21 Punkten zurück.

Nach dem Seitenwechsel steigerten sich die 99ers deutlich und entschieden den dritten Spielabschnitt mit 18:5 für sich. Stück für Stück kämpften sich die Gastgeber heran, bis es nur noch sechs Zähler Rückstand waren. Dann allerdings machte sich der hohe Kräfteverschleiß der Aufholjagd bemerkbar und es mangelte am Wurfglück. Die Kölner konnten der Begegnung keine Wende mehr verleihen. Beste Werfer bei den 99ers waren Julian Urlaub mit 15 Punkten sowie Viktor Frankl-Maus (14).

Die U-16-Mannschaft der 99ers gewann ihre Partie in der Jugend-Basketball-Bundesliga (JBBL) gegen den BBV Köln-Nordwest mit 49:33 (21:18). Top-Scorer der 99ers war Niklas Behler mit 16 Punkten, beim BBV Nordwest traf Wanderley Hernandez am besten (12). (ksta)

BEHINDERTENSPIEL

KÖLNER PROJEKT ERMÖGLICHT KINDERN UND JUGENDLICHEN TENNIS IM ROLLSTUHL

Höhere Frustrationstoleranz

So können Kinder und Jugendliche in der Gemeinschaft das Spiel mit dem Filzball für sich entdecken

VON KEKEMA IYINBOH UND KRISTINA STOLL

Köln. Voller Elan kommt Max in der Tennishalle an. Er klatscht mit seinem Trainer ein und kann es kaum erwarten, auf den Platz zu kommen. Kurze Zeit später sind alle Kinder da, und das Training kann beginnen. „Und zurück – auf, das geht doch noch schneller“, ruft einer der Trainer und scheucht Max und seine Trainingskameraden über den Platz, bis auch der Letzte aufgewärmt ist. Eine ganz gewöhnliche Trainingsgruppe könnte man meinen. Doch diese Gruppe ist besonders: gespielt wird nämlich nicht nur Tennis, sondern Rollstuhltennis.

Flink rollt Max mit dem Schläger in der Hand von rechts nach links, vor und zurück, während er sich mit den anderen Kindern einspielt. „Das Samstagstraining ge-

„Tennis ist zwar ein Einzelsport, aber bei uns baut sich eine solche Gemeinschaft auf, dass keiner mehr allein auf dem Platz steht

Regina Isecke

hört für Max schon fest in den Wochenplan. Wenn es mal ausfällt, ist er schon etwas sauer“, verrät sei Vater mit einem Schmunzeln. Seit zwei Jahren fährt er seinen 13-jährigen Sohn nun schon jede Woche zum Tennistraining von Köln nach Windhagen – auch das gehört schon fest zum Wochenplan. Max ist mit Spina Bifida, einem offenen Rücken, geboren worden. Seit seinem dritten Lebensjahr sitzt er im Rollstuhl und war schon immer sportlich aktiv. Seit längerem hat



Tennis gibt jugendlichen Rollstuhlfahrern Fitness und höhere Frustrationstoleranz.

BILD: JÜRGEN KUGLER

er nun auch den Tennissport für sich entdeckt. Möglich macht das das „Kölner Projekt“. Das gründete die ehemalige Weltklassespielerin im Rollstuhltennis, Regina Isecke, vor über drei Jahren. Heute läuft es unter dem Namen der Gold-Kraemer-Stiftung, die als Veranstalter fungiert. Das Projekt von Regina Isecke bietet Rollstuhlfahrern die Möglichkeit, ins Tennis reinzuschuppeln und mit dem anspruchsvollen Ballsport ihre motorischen Fähigkeiten zu verbessern. Aber auch Kinder, die im Rollstuhltennis erprobt sind, werden hier gefördert.

„Bisher haben wir neun Kinder und Jugendliche im Alter zwischen zehn und 18 Jahren, die regelmäßig zusammen trainieren“,

erzählt Isecke, heute Sportkordinatorin der Gold-Kraemer-Stiftung, stolz über ihr Projekt. „Tennis ist zwar ein Einzelsport, und jeder hat seine individuellen Er-

Eine Kooperation des **Kölner Stadt-Anzeiger** und des Instituts für Kommunikations- und Medienforschung der Deutschen Sporthochschule Köln



folgserlebnisse, aber bei uns baut sich durch das Training eine solche Gemeinschaft auf, dass keiner

mehr allein auf dem Platz steht.“ In der Gruppe spielerisch trainieren und den Sport erleben, das ist Ziel des „Kölner Projekts“. Denn der Tennissport bietet den Kindern nicht nur Fitness und Muskelaufbau, sondern auch mentale Stärke und eine höhere Frustrationstoleranz. Und das alles mit einer großen Portion Spaß.

Das fällt auch auf dem Platz auf: Max ist voll dabei. Mit konzentriertem Gesicht und vollem Körpereinsatz spielt er die Bälle übers Netz. Dann der Winner. Max kommt nicht mehr an den Ball. „Guter Schlag“, lobt er. Auch Verlierer gehört mal dazu. Denn die Rollkids gönnen einander ihre Erfolge. Dass das Training seinem Sohn gut tut, da ist sich Max' Vater

sicher: „Seit er Tennis für sich entdeckt hat, ist er befreiter und hat enorm an Selbstbewusstsein gewonnen.“ Und dass neben dem Spaß auch der Trainingseffekt nicht zu kurz kommt, dafür sorgen die ausgebildeten Trainer. Sie sind selbst Fußgängertennisspieler, aber alle absolvieren eine Weiterbildung beim Deutschen Tennis Bund.

Trotz der anstrengenden Trainingseinheit klatschen am Ende alle mit strahlenden Gesichtern bei den Trainern und miteinander ab. „Wir sind wie eine kleine Familie, die sich über jedes neue Mitglied freut. Denn neben der aktiven Sportseite für die Kinder geht es in unserem Projekt natürlich auch um den sozial-integrativen Effekt. So können sich die Eltern während des Trainings über Erfahrungen und Neuigkeiten austauschen.“, erklärt Isecke, während alle noch beim Mittagessen zusammensitzen.

Ob es für Max, der sich als begabter Tennisspieler erwiesen hat, weiter ins Leistungs-Rollstuhltennis geht, steht für seinen Vater überhaupt nicht an erster Stelle: „Der Junge soll einfach das machen, worauf er Lust hat. Und wenn Tennis ihm gleichzeitig Kampfgest, Offenheit und Spaß am Sport vermittelt, kommt er sicherlich weiterhin gern ins Training.“ Nach einem erfolgreichen Übungstag verabschieden sich Kinder, Eltern und Trainer. Und Max freut sich schon auf nächsten Samstag, wenn sich alle wieder zum Tennis treffen.

Kontakte

Interesse?

Infos bei Christoph Müller 0173-5455446 www.mueller-tennis.de muelleremail@freenet.de und Regina Isecke 0170-7926055 www.regina-isecke@gold-kraemer-stiftung.de

„Kinder müssen Barriere des Nicht-Trauens überwinden“

Christoph Müller über das Zusammenspiel von Breiten- und Leistungssport, Demos und das Training in Gruppen

Herr Müller, seit 2007 sind Sie nun Rollstuhltennis-Bundestrainer, unterstützen jedoch auch den Breitensport durch Aktionen und Camps. Wie kam es dazu?

CHRISTOPH MÜLLER: Als Bundestrainer habe ich natürlich hauptsächlich mit dem Leistungsbereich zu tun, jedoch empfinde ich den Breitensport als mindestens ebenso wichtig und als Fundament für den Leistungssport. Diese Integrationsform ist immens wichtig.

Integrativ in dem Sinne, dass man den Breitensport nicht zugunsten des Leistungssports vernachlässigen darf?

MÜLLER: Das darf in keiner Sportart geschehen, da der Spitzensport vom Breitensport lebt. Mit integrativ meine ich beispielsweise auch meine Sommercamps für Rolli- sowie Fußgängerkids.

Welche Erfahrungen haben Sie dabei gemacht?

MÜLLER: Kinder gehen generell einfacher mit Situationen um, fragen geradeheraus nach, wenn sie eine Situation nicht verstehen oder

etwas ihr Interesse weckt. In den Camps lernen die Kinder, gemeinsam Situationen zu meistern, und machen sich dabei automatisch Gedanken und nehmen Rücksicht aufeinander. Das wirkt sich später für beide Seiten positiv aus, ob Fußgänger oder Rollstuhlfahrer.

Was kann Ihrer Ansicht nach Tennis bei Rollkids bewirken?

MÜLLER: Neben der körperlichen Stärkung findet bei allen Kindern natürlich auch eine geistige Entwicklung statt. Wenn die Kinder auf unsere Demos angesprochen werden, lässt diese Aufmerksamkeit ihr Selbstbewusstsein noch zusätzlich wachsen.

Und diese Aufmerksamkeit schüchtert die Kinder nicht ein?

MÜLLER: Nein, im Gegenteil. Die Kinder müssen diese Barriere des Nicht-Trauens überwinden, dann wird man die gar nicht mehr los (schmunzelt). Als ich letztes Jahr bei den Jugendspielen in Tschechien war, habe ich beobachtet, wie die Kids an ihren Herausforderungen wachsen. Besonders, wenn die Umgebung mal nicht

Zur Person

Christoph Müller (40) ist staatlich geprüfter Tennislehrer. Seit 2007 ist er Rollstuhltennis-Bundestrainer und begleitet die deutschen Nationalspieler bei ihren nationalen und internationalen Turnieren. In seinen Camps setzt er sich für die Entwicklung von Fußgänger- und Rollstuhltennis-Kindern ein.



perfekt für sie gestaltet ist; da werden ganz neue Fähigkeiten entwickelt.

Und wie können neue Rollkids in Ihre Gruppe kommen?

MÜLLER: Da ich mich ja schon eine Weile mit dem Thema beschäftige bin ich natürlich aufmerksamer geworden, und wenn ich Kinder im Rollstuhl in der Stadt sehe, dann spreche ich die Eltern an. Aber genauso oft melden sich in-

teressierte Kinder und Eltern bei mir.

Und wie gehen Sie dann weiter vor? Sie sind ja sicherlich viel unterwegs.

MÜLLER: Das stimmt natürlich. In meiner Tätigkeit als Bundestrainer reise ich extrem viel, auch im Ausland. Daher bemühe ich mich immer, für die Kinder vor Ort Trainingsmöglichkeiten, Trainer und Sponsoren zu finden. Wenn ich dann meine Kaderlehrgänge veranstalte, sind die interessierten Kinder auch immer zur Sichtung eingeladen.

Aber wer kann sich denn alles bei Ihnen melden? Nur Kinder, die schon Tenniserfahrung haben?

MÜLLER: Nein. Jeder kann sich bei mir melden. Viele Rollkids, die vorher noch nie sportlich aktiv waren, zeigen bei einem Probetraining riesiges Talent. Daher schaue ich mir alle Kinder an, egal, ob sie potenziell begabt sind oder nicht. Primäres Ziel für mich ist es nicht, neue Spitzensportler zu finden, sondern Kinder für Tennis und Sport zu begeistern. Und wenn dann jemand mit Talent für mehr

dabei ist, freue ich mich natürlich noch mehr.

Wie sieht dann das Training bei Ihnen in der Praxis aus?

MÜLLER: Wir trainieren immer in Gruppen. Das bereichert das Spiel jedes Einzelnen. Genauso bei Turnieren: Wenn der Spanier oder Italiener keinen Trainer dabei hat, stelle ich mich auch mit denen auf den Platz. Meine Kader-Spielerinnen fahren auch mal zum Training nach Holland, obwohl das unsere größten Konkurrenten im Rollstuhltennis sind.

Und was sind Ihre Pläne für die nächsten Monate?

MÜLLER: Neben meinen bisherigen Projekten natürlich die Betreuung meiner Athleten bei den Grand Slams und vor allem die Paralympics in London. Und hoffentlich melden sich in diesem Jahr auch viele neue tennisinteressierte Kinder, die Rollstuhltennis ausprobieren wollen.

Das Gespräch führten Kekema Iyinho und Kristina Stoll