

Rio, Tokio – und dazwischen Staatsexamen



Foto: Peter Dorn

Sarah Köhler ist Schwimmerin, Studentin und Sportsoldatin. ZeitJung-Redakteurin Laura Geyer hat sie im Training begleitet und mit ihr über Olympia, die Uni und ihren Alltag gesprochen

Sarah taucht fast geräuschlos unter. Sie stößt sich vom Beckenrand ab, schlägt die Beine wie ein Delfin, gleitet unter der Wasseroberfläche entlang. Sekunden später taucht sie einige Meter weiter vorne wieder auf: Zuerst die leuchtend blaue Schwimmkappe. Dann der Oberkörper, die orangefarbenen Träger des Badeanzugs. Jetzt kommen beide Arme hoch, ziehen in einem Halbkreis nach vorne, und schon taucht Sarah kopfüber wieder ab. Kurz strecken sich ihre Füße aus dem Wasser, wie die Flosse eines Fisches, dann beginnt die Bewegung wieder von vorne.

Normalerweise wäre das Sarahs zweites Training an diesem Tag. Aber heute ist Mittwoch: Da fällt die Morgenheit aus. Sarah Köhler ist Leistungsschwimmerin. Jura-Studentin. Und Sportsoldatin.

Ein gewöhnlicher Tag im Leben der 21-Jährigen sieht so aus: Training von 7 bis 9 und von 16 bis 19 Uhr. Mittwochs und samstags gibt es nur eine dreistündige Einheit, der Sonntag ist frei. Macht insgesamt 26 Stunden die Woche, Anfahrts- und Umziehen nicht mitgerechnet.

Wenn genug Zeit ist, schläft Sarah am Mittag eine halbe Stunde. Montags ist das

schwierig: Da hat sie von 11 bis 15.30 Uhr Vorlesung, dienstags von 11 bis 13 Uhr.

„Mein Trainer, Michael Spikermann, achtet darauf, dass ich nicht zu viel für die Uni mache“, sagt Sarah an diesem Mittwoch in der Kantine des Heidelberger Olympiastützpunkts (OSP) und lacht, auf ihren Wangen zeichnen sich Grübchen ab. Es ist 15 Uhr, in 50 Minuten muss sie im Krafraum sein.

Dass die Athleten studieren, ist „absolut erwünscht“, sagt Spikermann später, während Sarah im Wasser ihre Bahnen zieht. 99,5 Prozent der Schwimmer seien Abiturienten, und: „Eine Ausbildung ist zeitlich fast nicht zu schaffen.“ Mehr als zwölf Wochenstunden dürfen sie aber nicht für die Uni aufwenden. Der OSP hat eigene Studienmentoren für seine Sportler und Kooperationsverträge mit den meisten Hochschulen in der Region.

Wie reagieren die Kommilitonen auf Sarahs Sonderstatus? „Ehrlich gesagt kenne ich niemanden an der Uni“, sagt sie und lächelt verlegen. Im ersten Semester hat sie mal eine Studienkollegin kennengelernt. „Aber nachdem ich ihr erzählt hatte, dass ich einen Sportlerquotenplatz habe, hat sie nicht mehr mit mir geredet.“ Sarah sieht auf die Tischplatte, lächelt. „Ich

kann's ja verstehen, die Leute reißen sich den Arsch auf, um in Heidelberg Jura zu studieren, und dann kommt da ein Sportler und kriegt den Platz mit einem Zweier-Abi.“ Von 300 Studienplätzen im Wintersemester werden drei an Sportler vergeben.

„Ich darf ein bisschen länger studieren“, sagt Sarah. Doch sie will sich durchkämpfen, das Studium regulär zu Ende bringen: „Wenn ich nach zehn Semestern fertig bin, habe ich einen Verbesserungsversuch.“ Das wäre 2018, zwischen Rio und Tokio. Im Sommer macht sie aber erst mal ein Urlaubssemester. Dann ist sie Vollzeit-Athletin. „Olympia ist für jeden Sportler der große Traum“, sagt Sarah. Seit dreieinhalb Jahren bereitet sie sich darauf vor – so lange ist sie jetzt in Heidelberg, bei Michael Spikermann.

Der hat sich heute Nachmittag eine besondere Mischung für seine zehn Schwimmer einfallen lassen: abwechselnd 30 Minuten „Land“ und 30 Minuten „Wasser“, drei Stunden lang. Los geht es im Krafraum, einer großen Halle voller moderner Geräte.

Am Ende des Raums geht es eine schmale Treppe rauf auf eine Empore. Hier stehen Spinningräder, Crosstrainer, Ergometer und Laufbänder. Um Punkt 16

Uhr gibt Spikermann das Go: „Laufbänder starten und losfahren!“ Ein Summen erfüllt die Luft und schwingt sich immer mehr in die Höhe. Je lauter die Geräte werden, desto lauter reden und lachen die jungen Sportler. Der Trainer steht am Treppenabsatz, kontrolliert die Zeit, gibt Kommandos und macht auch mal Witze.

Die Gespräche werden jetzt leiser, die Gesichter angespannter. Sarah tritt in die Pedale des Ergometers. Um 16.18 Uhr wischt sie sich mit ihrem Shirt übers Gesicht, ein bunt gemusterter Badeanzug kommt darunter zum Vorschein.

Eine Viertelstunde später sind die Sportler im Wasser. Die Luft in der Schwimmhalle ist heiß und feucht. Spikermann erhebt seine Stimme, um das gleichmäßige Gurgeln des Wassers, unterbrochen vom plätschernden Eintauchen der Arme, zu übertönen: „Wir haben allein in unserer Gruppe drei Sportsoldaten“, sagt er.

Ihr Dienst ist das Training. Die militärischen Pflichten beschränken sich auf regelmäßige Lehrgänge. „Das ist eine tolle Möglichkeit für so eine trainingsintensive Sportart wie Schwimmen“, fin-

det Spikermann. Von den Sporthilfen könne man nicht leben.

Im Mai ist die Deutsche Meisterschaft, der erste Schritt auf dem Weg nach Rio: Wer sich dort qualifiziert, kann zu einem zweiten Wettkampf antreten. Letztes Jahr wurde Sarah Meisterin über 400 Meter Freistil. Wenn nichts schief geht und sie auch diesmal vorne dabei ist, tritt sie Anfang Juli bei den German Open an. „Dann sind es noch genau 28 Tage bis Olympia“, sagt sie.

Wo die Spiele stattfinden, ist für Sarah eigentlich zweitrangig. Aber: „Rio ist natürlich schon sehr schön.“

Letztes Jahr war sie mit der Nationalmannschaft dort, trainierte im Becken der Springer – das „Olympic Aquatics Stadium“, in dem die Schwimmer antreten sollen, stand da noch nicht.

Sarah schaut aus dem Fenster der Kantine: „Manchmal wünscht man sich schon ein normales Leben.“ Vielleicht denkt sie an ein Studentenleben mit WG-Partys, nächtlichen Gesprächen am Küchentisch und gemeinsamem Büffeln in der Bibliothek. Dann lächelt sie wieder und sagt: „Ich würde aber nicht tauschen wollen.“

> siehe auch „RNZ-Lexikon“, Seite 2

Zeit Jung

Eure Zeitung – Eure Themen – Eure Meinung

Groetzki: „Studium ist die Regel“

Heidelberg. (miwi) Als Handballspieler der Rhein-Neckar-Löwen und der Nationalmannschaft kann Patrick Groetzki (Foto: dpa) vom Sport leben. Dennoch absolviert der 26-Jährige seit knapp anderthalb Jahren ein Fernstudium an der SRH in Riedlingen, Fachrichtung Medien- und Kommunikationsmanagement – „für die Zeit danach.“



> Herr Groetzki, ist ein Studium unter Profisportlern eine Seltenheit?

Ich kann für den Handball sprechen, und da ist das eher die Regel als die Ausnahme. Viele bei uns im Verein machen etwas nebenher, in der Nationalmannschaft ist es ganz genauso.

> Wie lässt sich ein Studium zeitlich mit dem Profisport kombinieren?

Ich habe Glück, dass es eine Kooperation meiner Uni mit dem Olympiastützpunkt gibt. Dadurch bin ich sehr flexibel bei den Klausurterminen. Skripte und Vorlesungen bekomme ich über ein iPad online übermittelt und kann mich immer dann damit beschäftigen, wenn ich zeitlich Luft habe.

> Ist Lernen der ideale Ausgleich zu den körperlichen Belastungen beim Sport?

So pauschal kann man das nicht sagen. Es gibt immer Phasen, in denen ich nicht so viel Zeit zum Lernen aufwenden kann. Wenn wichtige Spiele oder viele anstrengende Reisen anstehen, mache ich weniger. Dann gibt es aber auch Phasen, wo ich wieder mehr mache.

> Welchen Zeitverlust muss man einkalkulieren, wenn man „nebenher“ studiert?

Die Regelstudienzeit beträgt sechs Semester und die Zeit für die Bachelorarbeit. Bei mir wird es länger dauern, ich plane, in fünf Jahren fertig zu sein.

Olympia steht an zweiter Stelle

Als Gewichtheberin könnte Julia Schwarzbach bald nach Rio fahren. Als Arzthelferin büffelt sie für ihren Abschluss. Ein Leben zwischen Hanteln und Büchern

Von Maren Wagner

Es sind zwei Welten, die unterschiedlicher nicht sein könnten. Hier ist die Luft staubig von Magnesium und geschwängert von Schweiß, dort riecht es nach frisch gewienertem Fußboden und Desinfektionsmitteln. Hier sieht man Muskelpakete unter hautengen Trikots, dort Frauen und Männer in weißen Kitteln. Hier trainiert die Olympia-Kandidatin, dort wird die Arzthelferin ausgebildet.

Es ist ein trüber Januartag. Julia Schwarzbach tritt in einer kleinen Halle des Leimener Bundesleistungszentrums für Gewichtheben auf eine Gummimatte. Links und rechts liegen gelbe, grüne, rote, blaue Scheiben. Sie geht in die Knie, holt tief Luft. Hebt die Eisenstange an, springt, wuchtet die Hantel in die Höhe. Hält sie einige Sekunden. Lässt sie dann fallen und geht ein paar Schritte.

„Man glaubt gar nicht, wie Frauen beißen können. Und die Julia ganz besonders.“ Der Bundestrainer lehnt an einem Hometrainer und sieht Schwarzbach an. Oliver Caruso ist ein geerdeter Typ. 1996 holte er die Bronzemedaille im Mittelschwergewicht bei den Olympischen Spielen in Atlanta, 2008 gab er das Heben auf. Jetzt trainiert der gebürtige Oberrheinler die Olympia-Hoffnungen.

Schwarzbachs Rekorde sind in Deutschland bislang unerreicht. Sie ist mit 26 Jahren die einzige Gewichtheberin, die es zweimal zu Olympia geschafft hat: 2008 holte sie in Peking in der Klasse bis 53 Kilogramm Platz sieben, 2012 in London wurde sie Elfte. Sie ist auch die einzige Deutsche, die mehr als das Doppelte ihres Körpergewichts gestoßen hat: 108 Kilo. So viel wiegen sechs Kisten voller Glasflaschen mit Sprudel. „Deutschlands stärkste Auszubildende“, taufte sie die Presse.

Schwarzbach tritt auf die Gummimatte. Schwierig sei es, sagt Caruso, dass

sie neben dem Training für den Abschluss lernt. „Weil Julia sehr viel Wert auf eine gute Ausbildung legt und darauf, präsent zu sein und in der Schule gut zu sein. Das passt oft nicht mit den Sachen zusammen, die wir hier eigentlich fordern.“

Viermal die Woche stemmt Schwarzbach zur Zeit die Hantel, jeweils zwei Stunden lang. Das ist die Hälfte ihres üblichen Trainingspensums. Die Arzthelfer-Prüfungen beginnen im Mai und ziehen sich bis in den Juli. „Die Ausbildung steht ganz klar an erster Stelle“, sagt sie.

Ein eisiger Wind peitscht über den Heidelberger Bismarckplatz. Die Atos-Klinik ist ein opulenter Bau mit gläsernen Gängen.

Gebäude zwei, zweites Obergeschoss: Ein dunkler Empfangstisch zieht sich durch das Foyer des Deutschen Gelenkzentrums, grelles Winter-



Deutschlands stärkste Azubine, im April im norwegischen Forde aber erst mal einen Startplatz er-

kämpfen. Schwarzbach wird bei der EM dabei sein. Bei den Weltmeisterschaften hatte die Klinik ihr schon einmal eine Freistellung bewilligt.

Ärger in der Praxis habe es deswegen nicht gegeben, sagt ihr Chef, Professor Holger Schmitt. Im Gegenteil:

Schwarzbachs Erfolg tue den Mitarbeitern gut. „Ich habe den Eindruck, dass sich das ganze Team damit identifiziert und Julia die Daumen hält, dass das alles klappt.“

Schmitt war selbst einmal Leistungssportler. Als Zehnkämpfer wurde er in den 80er-Jahren mehrfach saarländischer Landesmeister. Im Studium verletzte er sich beim Stabhochsprung und entschied, dass die Medizin wichtiger war. Seit fast 20 Jahren betreut er die Athleten des Olympiastützpunkts.

Vielleicht liegt es an Schmitts Lebenslauf, dass er Schwarzbach in der Ausbildung unterstützt. Vielleicht liegt es auch an dem Talent, sich quälen zu können, das er Spitzensportlern zuschreibt. Sie müssten immer wieder harte Phasen durchstehen. „Das ohne großes Jammern zu überstehen, das kann man auch beruflich sehr gut nutzen.“

Sollte sie es noch einmal zu Olympia schaffen, könnte nach Rio Schluss sein mit dem Gewichtheben. Schwarzbach sagt: „Dann bin ich ja auch 27.“

Professor Schmitt sieht Julia an, lacht und entgegnet: „Sag niemals nie!“

VIDEO



Ihr wollt Julia Schwarzbach in Action sehen? Ein Video zum Artikel gibt es auf unserer

Webseite: www.rnz.de/zeitjung