

Eindrücke von und Anmerkungen zu meinem Training bei Robert

Roberts Training gehörte für viele Menschen zu einem festen Bestandteil ihres Lebens. Die gemeinsame Zeit mit ihm war ein wertvoller Teil ihres Alltags. Wenn ich auf die letzten dreizehn Jahre zurückblicke, in denen ich einer dieser Menschen sein durfte, sehe ich viele Facetten eines ganz speziellen Menschen.



Als ich Robert kennenlernte, war er ein Trainer einer Schülergruppe, die man ab einem gewissen Alter betrat und verließ. In seiner üblichen (wenig optimistischen) Art beschrieb er es jedes Jahr als zweifelhaft, ob wir alle denn in der nächsten Saison noch beieinanderblieben. Dennoch bildete sich bereits in den ersten Jahren aus der losen Schülergruppe eine verschmolzene Gruppe um ihn und mit ihm: die Sprint/Sprung Gruppe, von Robert trainiert.

Unser Training war in den ersten Jahren sehr intensiv, es war mit enormem Zeitaufwand akribisch geplant und langfristig durchdacht von einem hochqualifizierten Trainer, der das so nie von sich behauptet hätte. Robert scheute keinen Aufwand für uns, kümmerte sich um jeden, der ein wenig Willen und Ehrgeiz zeigte und war die Perfektion von Zuverlässigkeit: Für unsere wöchentliche gemeinsame Fahrt von Saarbrücken nach Rehlingen, die laut Google Maps gut 30 Minuten dauert, plante er beispielsweise 45 Minuten Pufferzeit ein. Ich werde oft an ihn denken um 16:45 Uhr.

Ein noch passenderes Bild zeichnen aber vielleicht seine hin und wieder ungewöhnlichen Methoden. Sie waren wie er selbst recht eigen - nicht auf eine negative Art, sondern einfach nur speziell: Manche konnten gut damit umgehen, anderen fiel das schwerer.

Seine Motivationsstrategie ist ein gutes Beispiel dafür. Kurz vor wichtigen Wettkämpfen wählte er einen ruhigen Moment, um uns klarzumachen, dass wir eigentlich gar keine Chance haben gegen die überstarke Konkurrenz - mir hat das geholfen, indem es mir den Druck nahm. Genauso eigen war seine Art, im Nachhinein zu loben. Den vielleicht besten Lauf, den ich als sein Athlet absolvierte, beurteilte er als „ganz ok“, wobei die Zeit etwas besser gewesen wäre, wäre ich in der Kurve schneller gelaufen - wir konnten nur bescheiden bleiben. Über den Saarlandrekord habe ich mich nach dem Lauf trotzdem sehr gefreut und er sicher auch: Ein paar Jahre später erfuhr ich nebenbei, dass Robert während Wettkämpfen auf der Tribüne stets aufgereggt mitfiebert. Das erschien mir damals durchaus verrückt, denn wenn möglich hielt Robert seine Emotionen genauso verdeckt wie sein Privatleben. Umso wertvoller sind mir die wenigen Momente, in denen er darauf verzichtete.

Eine der schönsten Erinnerungen ist eine Saisonabschlussfeier in den ersten Jahren, bei der Robert mit uns seine Berner Würstchen grillte, die er bestimmt irgendwo im Angebot ergattert hatte. Bis nach Mitternacht saß er bei uns, lachte herzlich über allerlei Dinge, von denen ich bis dahin nicht glaubte, dass sie ein Mann seines Alters

lustig finden könnte, lobte uns tatsächlich in seinem Saisonrückblick und gestattete sogar kleine Einblicke in seinen Stolz auf unsere und seine Leistung.

Irgendwann, nach mehreren Jahren, begann ein Wandlungsprozess in unserer Gruppe. Wir wurden älter, verließen Schulen, änderten Prioritäten, sogar ein Leistungsgespräch mit unserem Vereinspräsidenten fand statt. Für Robert war das bestimmt nicht ganz einfach, weil es ihm von Herzen Freude bereitet hatte, uns besser zu machen. Aber dennoch stand nie im Raum, dass sich unsere Wege trennen könnten, obwohl ich es auch verstanden hätte, wenn Außenstehende genau das gefordert hätten: Aus „wirtschaftlicher“ Sicht warf der Verein Perlen vor die Säue. Robert, die Perle und wir, die Säue - so behalte ich uns gerne in Erinnerung.

Wir trainierten also bis zuletzt fast genauso oft zusammen mit Robert wie eh und je, aber nicht mehr ganz so leistungsorientiert, sondern unter einer zusätzlichen, nie ausgesprochenen Perspektive: Das Training erfüllte jetzt auch den Zweck, Zeit miteinander zu verbringen - wir mit Robert. Überreichte er uns vor Jahren noch regelmäßig mit ernster Miene die Kopie über „Absteigernahrung“, gingen wir jetzt nach dem Training vergnügt mit ihm Döner essen. Bis dahin konnten wir uns Robert kaum in einem Dönerladen vorstellen und die ersten Bestellversuche verliefen auch



etwas holprig - „Wie sind hier die Codes?“, fragte er uns. Im Training begann Robert, noch mehr als zuvor seine schier unbegrenzte Kreativität auszuleben und Übungen auszutüfteln, die „noch niemand davor gemacht hat“. Wir waren nicht mehr die Sprint/Sprung Gruppe, die von Robert trainiert wurde, sondern die Robertgruppe, die Sprint und Sprung machte.

Für uns Athleten war es immer ein unglaublich abwechslungs- und lehrreiches Training gewesen. Wie lehrreich Robert wirklich für mich war, wurde mir erst irgendwann in dieser letzten Phase bewusst: Er verstand sich darauf, Athleten immer mal wieder aus ihrer Komfortzone zu manövrieren - mit guten, erzieherischen Absichten. Wir absolvierten zum Beispiel zahlreiche peinliche Übungen in vollen Hallen, die nur dem Zweck dienten, peinlich zu sein. Als ich Robert kennenlernte, fiel mir derartiges furchtbar schwer, ich war unsicher, schüchtern und ängstlich. Für Roberts Beiträge zu meiner Persönlichkeitsentwicklung kann ich ihn nicht genug wertschätzen und bin ihm auf ewig dankbar.

Jonas Lotz