

„Die Liebe zum Sport ist riesig“

Leon Mürtz ist oft der Schnellste und läuft der Konkurrenz davon. Der junge Mehrkämpfer aus der Eifel arbeitet hart an seiner Sportlerkarriere.

Ich gehe gerne über meine eigenen körperlichen Grenzen hinaus, weil das Gefühl, es am Ende der zwei Tage geschafft zu haben, alles wieder wettmacht, Aufgaben ist für mich keine Option.“ Der diesen unbändigen Willen, mit seinen Konkurrenten um den Sieg zu kämpfen, und seinen Ehrgeiz auf eindrucksvolle Weise bekundet, ist der Mehrkämpfer Leon Mürtz aus Naunheim, im Landkreis Mayen-Koblenz gelegen.

Als Leon vor fünf Jahren das erste Mal zu einem Schnuppertraining in den Leichtathletikverein „La Tus Mayen“ kam, war er ein Junge wie jeder andere, er kam regelmäßig zum Training. „Anfangs war ich zwar nie der Beste und durfte nur von unten zu den Besten hochschauen, aber gerade das hat mich angespornt, im Training noch mehr zu geben als alle anderen, um irgendwann selbst der zu sein, zu dem alle hochschauen.“ So wurde er nach kurzer Zeit der Schnellste, und das nicht nur in seinem Heimatverein in Mayen, sondern in ganz Rheinland-Pfalz. Seinem Trainer Stefan Schon war schnell klar, dass Leon seine Stärken nicht nur im Sprint hat, sondern dass er ein Allrounder ist. So trainierte er auf seinen ersten Mehrkampf, die Königsdisziplin in der Leichtathletik, hin.

Das Training eines Zehnkämpfers unterscheidet sich stark vom Training eines Sprinters, es ist viel abwechslungsreicher. „Ich habe festgestellt, dass es mir nicht so viel Spaß macht, nur auf eine Disziplin hin zu trainieren und schlussendlich nur zehn Sekunden zu laufen, um dann wieder nach Hause zu fahren, ich möchte mehr, nämlich in allen Disziplinen der Leichtathletik der Beste sein.“ So trainierte er und trainierte er, so viel, wie es nur wenige tun. 2017 war es endlich so weit, er durfte an seinem ersten Zehnkampf teilnehmen. Sein erster Mehrkampf war gleichzeitig auch sein schwerster, wie der Schüler der elften Klasse einer weiterführenden Realschule plus stolz erzählt: „Ich kann mich noch ganz genau erinnern. Es war an den zwei Wettkampftagen 34 Grad heiß, was die ganze Sache sehr erschwerte. Gerade bei der letzten Disziplin, dem 1500-Meter-Lauf, was noch dazu nicht meine Lieblingsdisziplin ist, da es nach schon absolvierten neun Disziplinen wirklich schwierig ist, sich noch auf die letzte zu freuen, habe ich noch mal alles gegeben und war sogar kurz vorm Zusammenbrechen.“

Sein Kampfgeist und sein Durchhaltevermögen zeigen sich auch an seiner Einstellung gegenüber der Konkurrenz: „Konkurrenz spornt mich an. Wenn zum Beispiel einer mal weiter stößt als ich, ist das für mich der perfekte Anreiz, im nächsten Versuch noch weiter zu stoßen.“ Die zehn Teildisziplinen sind Sprint, Weitsprung, Kugelstoßen, Hochsprung und den ersten Tag abschließend der 400-Meter-Lauf; am zweiten Tag folgen der 110-Meter-Hürdenlauf, Diskuswurf, Stabhochsprung, Speerwurf und der abschließende 1500-Meter-Lauf. „Es ist völlig egal, ob eine Disziplin mal nicht so funktioniert, wie man es gerne hätte, einen Zehnkampf macht man immer zu Ende“, findet Leon Mürtz, der siebenmal die Woche trainiert. „Dabei ist es auch egal, ob es Sommer oder Winter ist, auch wenn es schneit, gehe ich raus in den Wald und laufe dort meine Runden, um die Ausdauer zu verbessern.“ Bei dem großen Trainingsaufwand bleibt oft keine Zeit für Freunde oder Familie. „Manchmal ist es wirklich schwierig, alles unter einen

Hut zu bekommen, zum Beispiel kann ich nicht einfach mal mit meinen Freunden ins Kino gehen, da ich meistens noch in der Halle stehe. Trotzdem bekomme ich es ab und zu hin, mich zu treffen, doch dann müssen sich meine Freunde nach mir und dem Sport richten.“

Auch bei der Ernährung muss Leon Mürtz Abstriche machen. „Zwar esse ich auch mal eine Pizza, aber das ist wirklich eine Seltenheit. Gerade wenn meine Freunde neue Erfahrungen machen, wie zum Beispiel abends feiern gehen und die ersten Berührungen mit Alkohol machen, muss ich öfters mal zurückstecken. Natürlich frage ich mich manchmal, warum ich das alles überhaupt mache, aber die Liebe zum Sport ist einfach riesig bei mir.“ Wegen dieser Selbstdisziplinierung kann Leon viele Erfolge verbuchen, neben vielen Rheinland-Titeln kam er bei den Deutschen Meisterschaften im vergangenen Jahr in Halle unter die fünf besten Mehrkämpfer in seiner Altersklasse.

Aber er musste auch schon Niederlagen einstecken. „Bei einem Zehnkampf hatte ich bei einer meiner Lieblingsdisziplinen, dem Hochsprung, dreimal die Anfangshöhe gerissen und null Punkte bekommen. So konnte ich den Sieg vergessen.“ Der Junge aus Naunheim kann in solchen Momenten auf seine Familie zählen, die ihm von Anfang an bei dem, was er gerne macht, unterstützt: „Für mich und meine Eltern ist ein Wettkampf, der über zwei Tage geht, wie ein kleiner Familienurlaub, da wir meistens ein ganzes Wochenende am Austragungsort, der gut mal drei Stunden von zu Hause entfernt ist, in einem Hotel übernachten und abends schön gemeinsam essen gehen.“ Das alles ist natürlich teuer. Leon weiß zu schätzen, dass er Eltern hat, die ihm das möglich machen können. Auch er muss finanziell einige Abstriche machen. Ein bisschen bedrückt sagt er: „Ich möchte mir natürlich auch gerne mal die ein oder andere Sache gönnen und nicht nur immer Sportsachen kaufen.“

Die Investitionen sind zum Teil beträchtlich. „Zu einem Zehnkampf reicht es nicht, seine Laufschuhe mitzubringen, nein, man muss sieben Paar Schuhe mitbringen, für fast jede Disziplin ein Paar, um in jeder dieser Disziplinen möglichst gute Grundvoraussetzungen zu haben.“ Dieser Aufwand hält ihn nicht davon ab, das zu machen, was er liebt. „Ich bin auf jeden Fall nicht der Schlechteste, aber mein Ziel ist es, irgendwann ganz oben zu stehen, und das nicht nur in Rheinland-Pfalz, sondern in ganz Deutschland und, wer weiß, vielleicht von der ganzen Welt. Um dies zu erreichen, weiß ich selbst, fehlt es noch ein bisschen, aber wenn ich weiter trainiere und immer noch mehr gebe als alle anderen, weiß ich, dass ich es schaffen kann.“ Um dieses Ziel zu erreichen, möchte er sich noch stärker dem Sport widmen, deshalb ist sein Berufswunsch Polizist. „Im besten Fall schaffe ich es in eine Sportfördergruppe, so dass ich meine Leidenschaft und meinen Beruf noch besser miteinander verbinden kann.“ Um noch besser unterstützt zu werden, zieht er in Erwägung, in einen größeren Verein zu wechseln. Und wer weiß, vielleicht sehen wir Leon Mürtz irgendwann über den Fernsehbildschirm um den Sieg rennen.

Felix Geisbüsch,
Megina-Gymnasium, Mayen

Zäh und ehrgeizig

Seine Familie reist mit: ein junger Zehnkämpfer.

Viel spielt sich im Kopf ab: Eifeler Bogenschützen.

Respekt für Bilbao: eine halbspanische Fußballspielerin.

Hinweis der Redaktion:
Die Beiträge wurden vor der Coronakrise recherchiert.

Illustration Philip Waechter

Mit Spannung Stress abbauen

Bogenschütze Lars Blomberg über einen faszinierenden Sport

Am Sonntagvormittag herrscht in der Weiersbachhalle Mayen eine konzentrierte Atmosphäre. Die Turnhalle hallt bei jedem Aufprall der Pfeile auf die aufgebauten Zielscheiben. Die Mitglieder des Bogenschützenvereins trainieren in ihrem Winterquartier. „Ich fand das Bogenschießen schon immer super interessant, so durch Film und Fernsehen“, erinnert sich Lars Blomberg. Mittlerweile betreibt der Trainer des Vereins aus Mayen in Rheinland-Pfalz seit zehn Jahren Bogensport und hat nebenberuflich sein eigenes Fachgeschäft eröffnet, in dem er seine Kunden mit gutem Equipment rund ums Bogenschießen versorgt und fachgerecht berät. Der mehrfache deutsche Meister ist neben seiner Vereinsarbeit Mitglied im Nationalkader und errang selbst auch internationale Titel mit verschiedenen Bogenarten.

„Bogenschießen hat für mich eine absolute Faszination. Je nachdem, mit welchem Bogen man schießt, ist es ein reines Körpergefühl, und wenn das Körpergefühl nicht zu einhundert Prozent passt, wird der Schuss nicht gut“, erklärt der 47-Jährige. Der Bogensport sei zurzeit im Aufschwung, jetzt fange man auch an, die Deutschen Meisterschaften im Fernsehen zu übertragen. Das liegt daran, dass es jeder betreiben könne, das sei einfach und unkompliziert sei. „Es macht einfach nur Spaß, und es geht um den Teamegeist, den man erleben kann.“ Während er dies sagt, deutet der Coach auf junge und ältere Mitglieder, Frauen und Männer, die gemeinsam an der Linie stehen und hochkonzentriert auf die Zielscheiben schießen. Das Besondere

am Bogensport ist, dass kein übermäßiger athletischer Körperaufbau erforderlich ist, da sich auch viel im Kopf abspielt. „Wenn man mit der ganzen Family loszieht, macht das einfach Freude“, erklärt Lars Blomberg. „Draußen haben wir ein Gelände im Naturschutzgebiet, einer der schönsten deutschen Plätze. Der strahlt eine Wahnsinnsruhe aus. Da ist so gut wie nichts, kein Krach, keine Leute, und der Wind geht oben drüber weg“, berichtet der hauptberufliche Soldat mit leuchtenden Augen über das Sommerquartier des Vereins. Die Vorfreude auf die nächste Sommersaison ist ihm anzusehen.

In der Halle wird auf achtzehn Meter geschossen. Im Außenbereich kommt es ganz auf den Bogentyp an. Mit den Compound-Bögen wird bei einer Distanz von fünfzig Metern auf die gelbe Mitte in Tassengröße geschossen. Unter Bogenschützen wird diese Mitte auch Gold genannt, da es das anzustrebende Ziel ist. Daraus leitet sich auch der Bogenschützengruß „Alles ins Gold“ ab. Die Teilnehmer von Olympia schießen mit dem olympischen Recurve-Bogen sogar auf eine Distanz von siebzig Metern.

„Es gibt das klassische Scheibenschießen und das Feldbogenschießen, das ähnelt dem Scheibenschießen, findet jedoch draußen im Gelände statt. Dabei ist die Hälfte der Ziele bekannt, die andere Hälfte unbekannt. Das gibt als die ganze hohe Schule, weil man dabei wirklich mit Strahlensatz die Entfernung berechnen muss“, sagt der begeisterte Bogenschütze. Einen weiteren Schwierigkeitsgrad beim Feldbogenschießen stellen die Höhenunterschiede im Gelände

dar, denn die Parabel des Pfeilflugs ist berghoch ganz anders, als wenn nur geradeaus geschossen wird. In dieser Disziplin sind die Deutschen Welt- und Europameister.

Abgesehen von einer besseren Körperhaltung, wird auch insbesondere die Konzentrationsfähigkeit gestärkt. „Ich mache viele Kurse mit überarbeiteten Menschen, die ihren Stress durch das Bogenschießen abschütteln, weil sie sich nur damit beschäftigen müssen, sonst funktioniert es nicht“, sagt der Trainer aus der Vulkaneifel. „Bogenschießen heißt nicht: Bogen nehmen und auf eine Zielscheibe schießen. Man muss sich das wie eine Pyramide vorstellen, die Basis besteht aus Gleichgewichts-, Kraftübungen und Koordinationstraining. Dann kommen die einzelnen Elemente des Schussablaufs dazu. Ganz oben ist der Schuss auf die Scheibe“, berichtet Blomberg von seinen Trainingseinheiten. Je nach Talentbedarf es etwa vier bis fünf neunzigminütiger Trainingseinheiten, bis ein Anfänger allein an die Schießlinie kann. Für die Schießsicherheit während des Trainings ist immer ein Schießleiter anwesend, so dass alle Schützen stets unter helfender Aufsicht sind.

Anders als es oft in Filmen vermittelt wird, gilt ein Bogen nicht als Waffe. Der Experte erklärt: „Ein Bogen ist ein Sportgerät und keine Waffe, bei einer Waffe muss die Energie zu speichern sein, und bei einem Bogen lässt sich die Energie nicht speichern. Man darf Bögen zu Hause haben, aber man ist immer dafür verantwortlich, dass sich keiner verletzt.“

Carla Wink, Megina-Gymnasium, Mayen

Stolz auf baskische Ballkontakte

Halbspanierin Bibiane darf für Bilbao spielen, trotz ihrer Frankfurter Jahre

Was mit einem „Kindheitstraum“ begonnen hat, hat eine ganze Stadt in eine Diskussion gestürzt. „Es war doch erst nur ein Traum, für Athletic Bilbao zu spielen.“ Statt auf dem Schulhof über den neuesten Schrei in der Mode zu reden, hat die heute 21-jährige Bibiane Schulze Solano schon immer alles für ein gutes Spiel in der Pause getan. Doch die Herkunft stand der braunhaarigen Mittelfeldspielerin bei der Erfüllung ihres Traums im Weg. „Ich hätte nie gedacht, dass mir meine Herkunft in meiner Spielerkarriere Probleme machen würde, alles nur, weil ich Halbdeutsche bin.“

Um für den Athletic Club Bilbao spielen zu dürfen, muss man mindestens zwei Anforderungen erfüllen. Zum einen muss man gut Fußball spielen können, was man bei Bibiane auf den ersten Blick erkennen kann, wenn man sich ihr Training anschaut, das sie viermal in der Woche absolviert. Doch es gibt noch eine, eher ungewöhnliche Anforderung: Man muss im Baskenland geboren sein oder dort seine Karriere angefangen haben. „Leider kann ich diese Anforderung nicht erfüllen und werde sie auch nie erfüllen können, weil ich nämlich in Bad Soden am Taunus geboren bin und meine Karriere beim FFC Frankfurt begonnen habe.“ Es zählt auch nicht, dass sie die Urkelkin des bekannten Athletic-Spielers

Patxo Belausteguigoitia ist und dass sie ihre ersten Ballkontakte im baskischen Lekeitio hatte. Bibianes Mutter stammt zwar aus dem Baskenland, ist aber dann mit ihrem deutschen Ehemann in seine Heimat gezogen. Die Ferien haben sie allerdings immer bei der Familie der Mutter in Spanien verbracht. „Ich bin zwar für den Fußball nach Spanien gekommen, aber es ist auch schön, meine spanische Familie öfter sehen zu können.“

Bei dieser Vereinskultur, die es schon seit Jahrzehnten gibt, geht es nicht darum, zu diskriminieren. Wie man an der Mentalität der Fans merkt, soll es eine große Ehre für die Spieler sein, die größte Stadt des Baskenlandes auf dem Spielfeld vertreten zu dürfen. „Ich bin stolz, dass ich den Verein meiner Kindheit jeden Tag mit Freude vertreten darf.“ Die Halbspanierin erklärt mit einem Funkelein in den Augen: „Ich habe in meiner Kindheit zwar nie für diesen wundervollen Verein spielen können, aber ich habe Athletic Bilbao schon immer in meinem Herzen getragen.“ Auch wenn viele Fans zunächst empört waren, die Fotos der kleinen Bibiane mit dem Athletic-T-Shirt haben die meisten von ihnen wieder ruhig schlafen lassen. „Mein erstes T-Shirt habe ich zu meinem siebten Geburtstag bekommen. Nachdem ich es fünf Tage durchgehend getragen hatte, mussten es mir meine Eltern

förmlich vom Körper reißen.“ Genau an dieser Haltung hat auch der Präsident Aitor Elizegi gesehen, dass Bibiane seine Liebe für den Verein teilt. Auch öffentlich wurde bekannt, dass Bibiane Schulze die Philosophie des Vereins vertritt. „Ihre Kenntnisse, ihr Wille, für diese Mannschaft zu spielen, ihr Respekt gegenüber dem Verein und ihr Verständnis für die Vereinsphilosophie passen.“ So rechtfertigt sich Aitor Elizegi vor seinen Kritikern für seine Entscheidung, Bibiane unter Vertrag zu nehmen. Ihr Verhältnis zu den anderen Spielerinnen der Frauenmannschaft der ersten Liga beschreibt sie als „zu Beginn etwas angespannt“. Aber nach wenigen Tagen sahen auch Bibiane als einen Teil der Mannschaft. „In der Mitte des Feldes kann ich der Mannschaft Ruhe und Kreativität geben.“

Durch die Aufnahme der talentierten Profispielerin ist sich der Verein treu geblieben und hat dennoch etwas Neues gewagt. Mit ihrer Freude am Spiel und ihrer Faszination für den erfolgreichen Verein ist klar, dass Bibiane der Mannschaft neue Perspektiven bringen wird. „Ich freue mich auf die kommende Zeit und hoffe, auch die letzten Kritiker mit meiner Art und meinen Leistungen von mir zu überzeugen.“

Unai Sanz, Deutsche Schule Bilbao

Frankfurter Allgemeine

ZEITUNG IN DER SCHULE

Verantwortlich: Dr. Ursula Kals

Pädagogische Betreuung:
IZOP-Institut zur Objektivierung
von Lern- und Prüfungsverfahren, Aachen

Ansprechpartner:
Norbert Delhey

An dem Projekt
„Jugend schreibt“ nehmen teil:

Aachen, Inda-Gymnasium, Kaiser-Karls-Gymnasium
* Aschaffenburg, Friedrich-Dessauer-Gymnasium
* Karl-Theodor-v.-Dalberg-Gymnasium * Bad
Bergzabern Gymnasium im Alfred-Grosser-Schul-
zentrum * Bad Ems, Goethe-Gymnasium * Bad
Kreuznach, Lina-Hilger-Gymnasium * Bad Pyrmont,
Humboldt-Gymnasium * Bamberg, Franz-
Ludwig-Gymnasium * Barsinghausen, Hannah-
Arendt-Gymnasium * Berlin, Droste-Hülshoff-Gym-
nasium, Eckener-Gymnasium * Bielefeld, Brackwe-
der Gymnasium * Bilbao (Spanien) Deutsche Schu-
le Bilbao * Böblingen, Lise-Meitner-Gymnasi-

um * Braunschweig, Wilhelm-Gymnasium * Bruchsal,
Justus-Knecht-Gymnasium * Buxtehude, IGI
Buxtehude * Cottbus, Pücklergymnasium * Dres-
den, Vitzthum-Gymnasium * Durmersheim, Wil-
helm-Hausenstein-Gymnasium * Erlenbach Her-
mann-Staudinger-Gymnasium * Essen, Goethe-
schule (Städt. Gymnasium) * Frankfurt am Main, Be-
gemann Schule, Helene-Lange-Gymnasium, Helm-
holtzschule, Otto-Hahn-Schule * Freiburg, Max-We-
ber-Schule (Wirtschaftsgym.), Wentzinger-Gymnasi-
um * Freigericht, Kopernikusschule * Friedrichshausen,
Claude-Dornier-Schule * Fürstenwalde, Katho-
lische Schule Bernhardinum * Fürth, Helene-Lan-
ge-Gymnasium * Fulda, Marienschule (Gym. für
Mädchen) * Geisenheim, Internatsschule Schloss
Hansenberg * GERMERSHEIM, Johann-Wolfgang-
Goethe-Gymnasium * Gießen, Landgraf-Ludwigs-
Gymnasium * Göttingen, Max-Planck-Gymnasi-
um * Großrotzenburg, Franziskanergymnasium
Kreuzburg * Hamburg, Ebert-Gymnasium, Marion-
Dönhoff-Gymnasium, Oberstufe Langenhorn * Ho-
hen Neuendorf, Marie-Curie-Gymnasium * Ixelles
(Belgien), Europäische Schule III Brüssel * Kaarst,
Georg-Büchner-Gymnasium * Kaiserslautern, H-
Heine-Gymn. (Sportgymnasium), Staatl. Gymnasi-
um am Rittersberg * Karlsruhe, Tulla-Realschu-
le * Kempten, Allgäu-Gymnasium * Kenzingen,
Gymnasium Kenzingen * Köln, Elisabeth-von-Thü-

ringen-Gymnasium * Koprivnica (Kroatien) Gymna-
sium „Fran Galovic“ * Langenfeld, Konrad-Aden-
auer-Gymnasium * Leutkirch im Allgäu, Hans-Mult-
scher-Gymnasium * Lichtenstein, Gymnasium
„Prof. Dr. Max Schneider“ * Linz am Rhein, Marti-
nus-Gymnasium * Mayen, Megina-Gymnasi-
um * München, Asam-Gymnasium, Willi-Gräf-Gym-
nasium * MÜNCHENSTADT, Johann-Philipp-von-Schön-
born-Gymnasium, * Münster, Schiller-Gymnasi-
um * Neumünster, Immanuel-Kant-Schule * Nürnberg,
Johannes-Scharer-Gymnasium * Ogulin (Kroatien),
Gymnasium „Bernardina Frankop-
na“ * Ptuj (Slowenien), Gymnasiums Ptuj * Rode-
wisch, Johann-Heinrich-Pestalozzi-Gymnasi-
um * Rosenheim, Staatl. Karolinen-Gymnasi-
um * Rostock, CID Christophorusschule * Saarbrü-
cken, Ludwigs-Gymnasium * Schorndorf, Johann-
Philipp-Palm-Schule * Schwanebrunn, Waldschu-
le * Sindelfingen, Stiffysgymnasium Sindelfin-
gen * Sofia, Galabov-Gymnasium * Stuttgart,
Evangel. Heidehof-Gymnasium * Uetikon am See (Schweiz),
Kantonschule Uetikon am See * Weinheim,
Johann-Philipp-Reis-Schule * Wetzikon (Schweiz),
Kantonschule Zürcher Oberland * Wiesbaden,
Friedrich-List-Schule * Wilhelmshaven, Neu-
es Gymnasium * Wolfhagen, Wilhelm-Filchner-
Schule/Würzburg, St.-Ursula-Gymnasium * Zagreb
(Kroatien), II. Gimnazija Zagreb * Zürich, Kantons-
schule Zürich Nord