

VORSTELLUNG

der Spitzensportler und Trainer, die in diesem Buch Einblicke gewähren



» Oliver Kahn

»Es gab immer bessere Talente, also musste ich versuchen, mich auf eine andere Art durchzusetzen. Es war schnell klar, dass beim Torhüter der Kopf eine ganz entscheidende Rolle spielt.«

Er ist eine weltbekannte Torwartlegende. Kaum einer hat mehr gekämpft auf dem Platz als Oliver Kahn, der »Titan«. Mit dem FC Bayern München wurde der gebürtige Karlsruher achtmal Deutscher Meister, sechsmal DFB-Pokal-Sieger und gewann 2001 die Champions League. Dreimal trug er den Titel »Welttorhüter des Jahres«. Dass er 2002 bester Spieler und Torhüter der Weltmeisterschaft war, zählt er selbst zu seinen größten Erfolgen. Seit dem Ende seiner sportlichen Karriere 2008 ist Oliver Kahn als Fußballexperte für das ZDF bei Länderspielen und der Champions League im Einsatz. Als Buchautor und Redner beschäftigt er sich mit den Themen Führung und Motivation. Mit der Oliver Kahn Stiftung unterstützt der heute 46-Jährige den weltweiten Aufbau von Bildungszentren für sozial benachteiligte Kinder und Jugendliche. Ende 2011 hat Oliver Kahn sein Studium der Betriebswirtschaftslehre erfolgreich mit dem Titel »Master of Business Administration« abgeschlossen. Er hat drei Kinder und lebt in München.



» Karl Angerer

»Ein guter Trainer macht immer verschiedene Fehler, ein schlechter Trainer macht immer wieder den gleichen. Man muss sich eingestehen, wenn man vielleicht nicht auf dem richtigen Weg ist.«

Der ehemalige Bobpilot begann seine sportliche Karriere 1999 im Alter von 19 Jahren. Zwölf Jahre später gewann er im Viererbob den Vizeweltmeistertitel auf seiner Heimbahn am Königssee, sein schönstes und erfolgreichstes Erlebnis im Eiskanal. Karl Angerer schaffte es mit seinem Team bis an die Weltspitze, stand mehrfach auf dem Podest und nahm 2010 auch an den Olympischen Spielen in Vancouver teil. Im selben Jahr holte er sich im Zweierbob seinen ersten deutschen Meistertitel in Winterberg. Der Sportsoldat studiert derzeit noch an der Trainerakademie des Deutschen Olympischen Sportbunds in Köln für seine neue Tätigkeit als Trainer. Der 36-Jährige betreut bereits als Landes-trainer in Bayern den Nachwuchs. Karl Angerer ist verheiratet und lebt mit zwei Kindern in Markschellenberg bei Berchtesgaden.



» Thomas Braun

»Ein Trainer muss das vorleben, was er fordert, also authentisch bleiben. Das ist ganz, ganz wichtig.«

Der Technische Leiter Ausbildung beim Deutschen Skiverband (DSV) kümmert sich sowohl um die Skilehrerausbildungen als auch um die Trainerausbildungen und ist verantwortlich für die DSV-Skischulen. Der 44-Jährige hat bis 2003 als Trainer Ski Alpin die Damen im Nachwuchs und im Europacup betreut, danach bis 2010 die Herren in den gleichen Bereichen. Dort verzeichnete er in der Saison 2007/2008 die erfolgreichste Europacup-Saison der DSV-Herren seit vielen Jahren. Im Slalom-Herrenbereich schaffte es ein Athlet seiner Mannschaft in die Top 3 der Europacup-Slalomwertung. Auch heute noch begleitet der Ausbildungsleiter bei Europacup- und Weltcuprennen die Herren in den Disziplinen Super-G und Abfahrt als Trainer. Thomas Braun lebt mit seiner Lebenspartnerin und zwei Kindern in Unterhaching bei München.



» Michael (Mitch) Pohl

»Meine Philosophie ist es, den Spielern zu helfen, ihre Ziele zu erreichen, und nicht Spieler zu benutzen, um meine Ziele zu verwirklichen!«

Meistertitel sind Michael Pohl vertraut. Schon als junger Eishockeyspieler heimste er mit dem SB Rosenheim Titel ein, wurde dann Nationalspieler und spielte 16 Jahre lang als Profi in der 1. Bundesliga/Deutschen Eishockey Liga. Der gelernte Bankkaufmann (IHK) und Sportfachwirt (IHK) absolvierte dort bis zum Jahr 2000 655 Spiele und wurde 1987 sogar von den New Jersey Devils (NHL) gedraftet. Seine erfolgreiche Laufbahn setzte der 47-Jährige auch als Trainer fort: Mit den Senioren der Löwen Waldkraiburg holte er 2011 den Meistertitel der Landesliga Südwest sowie den Bayernkrug und wurde dann als Nachwuchs-Cheftrainer der Sterzing Broncos mit der U20 2012 Italienmeister. Diesen Meistertitel gewann er 2013 auch mit der U16, 2014 mit der U14 und 2015 sogar im Doppelpack mit der U18 und U20 der Sterzing Broncos Jr. Michael Pohl ist verheiratet, hat zwei Kinder und lebt sowohl in Rosenheim als auch in Sterzing.



» Faris Al-Sultan

»Ich schätze Drucksituationen, da sie einen Ausbruch aus der Routine bedeuten.«

Seine größten Erfolge sind nach eigenem Bekunden der Ironman-Weltmeister Hawaii 2005 sowie der Ironman-Europameister Frankfurt 2011. Sieger wurde der deutsche Triathlet Faris Al-Sultan jedoch häufiger: Er gewann den Ironman auch 2008 (Malaysia), 2010 (Regensburg), 2011 (Frankfurt), 2012 (Austria) und 2013 (Lanzarote). Der 37-Jährige lief mit 16 Jahren seinen ersten Marathon – mit gefälschter Altersangabe, weil er nach den Regeln noch zu jung war für die Belastung eines 42,195-Kilometer-Laufs. Zu seinen schönsten sportlichen Erlebnissen zählt der gebürtige Münchner neben dem Weltmeister-Titel auf Hawaii auch den Oberbayerischen Crosslaufmeister 1998. Der Sohn eines Irakers und einer Deutschen erhielt für sein sportliches Engagement bereits mehrere Auszeichnungen und lebt heute mit Frau und Sohn in München.



» Wolfgang Mader

»Wenn man an ein Ziel wirklich glaubt, es wirklich vom Innersten her erreichen will und einem das entsprechend viel wert ist, wird man den Preis (nicht unbedingt monetär), den man auf dem Weg zum Ziel zahlen muss (Schmerzen, Verletzungen, Stürze, Entbehrungen, Anstrengungen, Verzicht auf andere Dinge, Gegenwind und Unverständnis anderer etc.), gerne zahlen und sein Ziel erreichen.«

Der österreichische Extremsportler hat viele Erfolge als Radrennfahrer gefeiert; je härter das Rennen, desto größer ist Maders Ehrgeiz. Zu seinen größten Erfolgen zählen neben dem 3. Platz und Altersklassensieg bei der Ultraradmarathon-WM 2010 in Graz sein Weltrekord 2011, als er 25.346 Höhenmeter in 48 Stunden überwand, sowie seine Teilnahme am »Race Across America«, dem schwersten, härtesten und längsten Radrennen der Welt, wo er 2012 auf Anhieb den 15. Platz von 41 gestarteten Fahrern belegte. Gleich im Jahr darauf fuhr er mit mehreren Knochenbrüchen das längste und härteste Mountainbikerennen der Welt, die »Crocodile Trophy« durchs australische Outback. Den Lebensabschnitt der Radrennen hat Wolfgang Mader für sich beendet, heute widmet er sich als Trainings- und Abenteuerpartner seinen sibirischen Huskys. Wolfgang Mader ist als Leiter der Unternehmenskommunikation bei einem Tiroler Energieversorgungsunternehmen tätig. Der 50-Jährige ist verheiratet, hat drei Kinder und lebt im österreichischen Zirl.



» Benjamin Mazatis

»Meine größte Stärke liegt darin, dass ich bereit bin, mehr als andere für den Erfolg zu kämpfen, und daran noch meinen Spaß habe, mich selbst und meinen Körper zu bezwingen.«

Der Motorsport-Youngster aus Bruckmühl überzeugt seinen Rennstall, das Berliner »Mücke Motorsport Team«, vor allem durch seinen Fahrstil und die Fähigkeit, Anweisungen seines Ingenieurs gut umsetzen zu können. Erste Einsätze in der neuen ADAC Formel 4 meisterte der Formel-Rookie 2015 souverän. Als einer von 18 jungen ausgewählten Teilnehmern an der »McLaren Performance Academy«, dem Nachwuchskader für die Formel 1, hat sich der damals 16-jährige 2014 nach kurzer Zeit einen Platz unter den Top 5 gesichert. Bei Team Challenges war er mit seinem Team bereits regelmäßig Sieger. Für 2015 sind es neben Benjamin Mazatis noch drei weitere Fahrer, die in der nächsten Stufe des McLaren-Ausbildungsprogramms »MPA-15« intensiv weiter gefördert werden. Seine ersten Rennerfahrungen machte Mazatis im Alter von sechs Jahren im Kartsport. 2011 nahm er als einer der Jüngsten an einem Testwochenende des Formel BMW Talent Cup auf einer Grand-Prix-Strecke teil, 2012 belegte er mit 14 Jahren beim Shoot-out der von BMW Motorsport organisierten Formelsport-Einstiegsserie den zweiten Platz.



» Christian Tröger

»Erfolgreiche Sportler verfolgen ihre Ziele oftmals fokussierter und sind es gewohnt, auch aus Niederlagen positive Energie zu schöpfen.«

Christian Tröger war fünf Jahre alt, als er mit dem Schwimmen als Vereinssport begann. Der ehemalige Nationalschwimmer blickt auf zahlreiche Erfolge zurück. Im australischen Perth wurde er 1991 Weltmeister, im World-Cup 1993 und 1996 Gesamtsieger im Freistil-Sprint. Sein schönstes Erlebnis sei seine erste Olympiamedaille gewesen, sagt Tröger. Er gewann bei den Olympischen Spielen in Barcelona 1992 und in Atlanta 1996 insgesamt drei Mal Bronze, in Sydney 2000 belegte er den vierten Platz. Außerdem wurde er 1996 Europameister und 1997 erneut Weltmeister im schwedischen Göteborg. Weitere Medaillengewinne bei Europameisterschaften untermauern seinen sportlichen Erfolg. Der promovierte Diplom-Kaufmann ist heute selbstständig mit einer Unternehmensberatung, die sich um den strategischen Markenaufbau sowie die Kommunikation kümmert. Gemeinsam mit einem weiteren Olympiaschwimmer betreibt der 45-Jährige erfolgreich eine Schwimmschule für Kinder und Erwachsene. Christian Tröger lebt mit Frau und Kind in einem südlichen Vorort von München.



» Armin Emrich

»Ein Trainer muss in der Lage sein, die Beziehungsebene und Motivation auf hohem Niveau zu halten, und er muss jeden einzelnen Typen in der Heterogenität seiner Mannschaft am Nerv treffen.«

Von Anfang 2005 bis Anfang 2009 war Armin Emrich Trainer der deutschen Handballnationalmannschaft der Frauen. Bei der WM 2007 in Frankreich erreichte er mit seinem Team den dritten Platz. Im Laufe seiner mehr als 25-jährigen Trainerkarriere betreute der ehemalige Handball-Nationalspieler Spieler und Spielerinnen von den Minis bis zu den Nationalmannschaften der Männer und der Frauen. Heute arbeitet der 64-Jährige in der Trainer- und Lehrerfortbildung. Zu seinen Schwerpunkten zählt die Wirkung von Sport auf die sogenannten exekutiven Funktionen, nämlich die Gedächtnisleistung, Inhibition und kognitive Flexibilität. Armin Emrich ist verheiratet, hat vier Söhne und lebt in Schwanau.



» Marinus Kraus

»Mentale Vorbereitung trägt dazu bei, dass ich meine bestmögliche Leistung erbringe.«

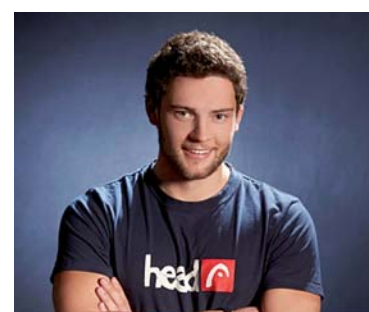
Im Jahr 2013 wurde der Skispringer Marinus Kraus für die Weltcupmannschaft nominiert und gewann im selben Jahr die deutschen Meisterschaften auf der Großschanze in Oberstdorf. Bei den Olympischen Spielen 2014 in Sotschi holte der 24-Jährige im Teamspringen Gold für Deutschland, nachdem er im ersten Durchgang mit einem Sprung über 136,5 Meter bereits die Weichen dafür gestellt hatte. Der gebürtige Oberaudorfer ist Polizeiobermeister bei der Bundespolizei und lebt in Rosenheim.



» Regina Häusel-Leins

»Das Wissen, optimal vorbereitet zu sein, ist für mich ein sehr wichtiger Faktor, um konzentriert, fokussiert und mit der richtigen inneren Gelassenheit arbeiten zu können.«

Zu den größten sportlichen Erfolgen der ehemaligen deutschen Skirennläuferin zählt ihr Sieg im Abfahrts Gesamtweltcup in der Saison 1999/2000 und ihr Weltcup Sieg im Abfahrtslauf in Cortina 1993 als bis dahin jüngste deutsche Athletin. Regina Häusel wurde 1992 gleich zweimal Juniorenweltmeisterin, im Super-G und im Riesenslalom, und erfuhr sich insgesamt 13 Podestplätze im Weltcup, in der Abfahrt und im Super-G. Sie beendete ihre Ski-Karriere verletzungsbedingt im Februar 2005. Die 42-Jährige ist als europaweit einzige Frau ausgebildete Polizeiberg- und Skiführerin. Regina Häusel-Leins lebt mit Mann und Tochter in Schneizlreuth.



» Paul Eckert

»Kopfkino durch die Helmkamera – so stell ich mir die ideale Fahrt vor.«

2015 fuhr der 24-Jährige im schwedischen Are mit Platz drei erstmals in seiner Karriere als Skicrosser aufs Weltcup-Podium. Das gelang dem WM-Vierten im französischen Megève beim letzten Rennen des Winters erneut. Paul Eckert ist Polizeimeister bei der Bundespolizei und lebt in München und Samerberg.