

Dieses Training ist umwerfend



DER SCHÜBSER: Florian Haidukiewicz wirft sich in den NP-Reporter Simon Lange, der anschließend im Gras landet. Fotos: Siefski

NP-Redakteur stößt beim Rugby an seine Grenzen. Sein Erfolg: Es bis zum Ende durchgehalten zu haben.

VON SIMON LANGE

HANNOVER. Da kommt ein Mensch auf mich zugeflogen, die Arme ausgebreitet. Aber er will mich nicht umarmen. Er will mich packen, umstoßen, auf den Boden werfen. Gelingt ihm auch. Irgendwas von ihm, Kopf oder Schulter, trifft mich im Eifer des Gefechts versehentlich auf den rechten Wangenknochen. Es scheppert im Oberstübchen. Kurz sammeln. Dann geht die Übung erbarungslos weiter. Jammern ist nicht. Ich bin schließlich beim Rugby!

Es regnet, der Platz beim SV Odin an der Graft ist aufgeweicht, schmierig, voll mit nassem Laub. In meinen extra zugelegten Nockenschuhen habe ich kaum Halt, rutsche

ständig weg, ab in den Matsch. Der Verkäufer meinte noch, Eisenstollenschuhe bräuchte ich nicht. Von wegen.

Mit letzter Kraft werfe ich mich jetzt in mein Gegenüber. Bei der Angriff-Abwehr-Übung geht es darum, den Gegner zu tackeln und zu Fall zu bringen. Doch statt wie ein Bulldozer meine Trainingsgegner plattzumachen, hänge ich an ihnen wie ein erbärmlicher nasser Sack. Mir geht die Pumpe.

„Du musst dich besser abstoßen!“ ruft Cheftrainer Rafael Pyrasch. Wie denn, mit meinen billigen Schuhen, denke ich. Und warum tue ich mir das hier überhaupt an?

Früher, als kleines Kind und als Jugendlicher, war ich beim Packenspielen immer der Beste. Klein, schnell, wendig,

mit tiefem Körperschwerpunkt, schwer zu schnappen und zu fallen. Aus mir hätte ein guter Rugby-Spieler werden können. Habe ich immer gedacht. Ausprobiert habe ich es nie. Ich musste erst 38 Jahre alt werden. Mein sportlicher Zenit ist leider längst überschritten. Trotzdem wage ich das Experiment – beim Zweitligaspieler SG Odin/VFR Döhren.

Nach einer gefühlten Ewigkeit ist die Übung endlich vorüber. Kurze Verschnaufpause, dann gibt Pyrasch die nächsten Anweisungen. Mit 30 Jahren ist er noch relativ jung für einen Trainer, aber auf den international erfahrenen Nationalspieler hören alle artig und mit großem Respekt. Wir spielen Touch-Rugby, also ohne diese Tacklings. Eine Handbe-

rührung genügt. Die Partie geht praktisch an mir vorbei – viel zu schnell wird das Ei gepasst, viel zu häufig wechselt die Spielsituation. Und landet der Ball doch mal bei mir, gebe ich ihn so schnell wie möglich weiter – ohne Mut für einen eigenen Angriff. Angst, sofort gepackt zu werden.

Pyrasch unterbricht das Spiel und betont, erst den Ball zu passen, wenn es keine andere Möglichkeit mehr gibt. Auch wenn er zu seinen Spielern spricht, werde ich das Gefühl nicht los, dass er eigentlich mich meint. Egal. Wieder bekomme ich das Spielgerät in die Hand, und plötzlich tut sich eine Lücke auf, ich schlage zwei Haken, breche durch, laufe bis zur Grundlinie – und lege tatsächlich einen Ver-

such. Keine Zeit für Freude. Bei der Gasse dem Einwurf beim Rugby, werde ich von zwei fleischgewordenen Kleiderschränken nach oben katapultiert. Beim vierten Versuch klapp'ts, ich stehe gerade in der Luft und schnappe mir das Ei.

Nächste Übung, Linienpendeln mit anschließendem Einsgegen-eins-Battle. Ich schlurfe von Linie zu Linie, kaum noch Kraft in den Beinen. Die Muskeln machen zu. Den Ringkampf verliere ich und lande – mal wieder – im Matsch. Für die Loo-ser gibt's eine Extra-Runde Liegestütze. „Du musst ihn an den Beinen angreifen“, rät Pyrasch mir. Wieder steht mir Spieler Werner Steinwender gegenüber. Diesmal ist es ein zähes Ringen. Es dauert, bis ich geschlagen bin. Steinwender klopft mir

anerkennend auf die Schulter und zwinkert mir zu: „Gut gemacht, aber das nächste Mal verschonst du meinen Schritt.“ Ich entschuldige mich. Unnotigerweise. Für meinen Gesichtscrash hat sich schließlich auch niemand entschuldigt.

Trotzdem: Ich mag die Rugby-Spieler. Sie sind ein spezielles Volkchen. Vom besonderen Schlag. Rau, aber liebenswürdig. Hart, aber herzlich. Hier gibt's keine Schauspieler und Eitelkeiten wie beim Fußball.

Und das Schönste ist: Ich habe mir in den eineinhalb Stunden Leidenszeit Respekt erarbeitet. „Es gab schon Wetten unter den Jungs: Nach der ersten Tackle-Übung ist er raus“, steckt mir Pyrasch hinterher. „Aber du hast das alles gut mitgemacht!“, lobt er mich.

„Wahrscheinlich war es ein weichgepöhltes Training“, behaupte ich. „Nee, nee. Intensitätsstufe sieben auf einer Skala von eins bis zehn“, entgegnet der Coach. Ich spare Stolz in meiner Brust. Fürs Gruppenfoto nehme ich Platz auf einem Stiermacken. Die Spieler feiern mich, ich bin berauscht. „Fang doch nächste Woche bei uns an“, schmeicheln sie mir.

Ein verlockendes Angebot. Aber so sehr ich Rugby lieben gelernt habe, muss ich mir doch eingestehen, dass dieser Sport leider nichts mehr für mich ist. Das Training hat mich für weitere Jahre altern lassen.

Ich ziehe es vor, einfach beim nächsten Zweitligaspiel vorbeizukommen. Rugby ist ein wunderbarer Sport – aber für mich nur noch zum Zuschauen.



DIE GASSE: Der Einwurf beim Rugby ist eine luftige Angelegenheit. Der Reporter (rechts) schnappt nach dem Ei.



DAS GEDRÄNGE: Auch diese Standardsituation wird beim Training geübt, der Reporter mittendrin.



DAS ERINNERUNGSFOTO: Simon Lange posiert auf den Schultern mit Trainer Pyrasch und den Spielern.



DAS LAUFDUELL: Florian Haidukiewicz (vorn) spurtet mit dem Ei – Lange versucht, ihm den Weg abzuschneiden.