

TEAM 040

Das Magazin der Stiftung Leistungssport
Winter 2020 | Ausgabe #2



ELLA SEIDEL

„Mein Traum ist es, irgendwann
die French Open zu gewinnen“



LARS FLÜGGEN

„Werden so trainieren, dass wir bereit
sind, wenn die Turniere stattfinden“



STIFTUNG LEISTUNGSSPORT
HAMBURG

TEAM
HAMBURG

Lucas Ansah-Peprah

Der Hamburger Sprinter hat EM-Gold mit der Staffel geholt und arbeitet
jetzt daran, sich seinen Traum von Olympia zu erfüllen

GEMEINSAM FÜR DEN SPORT!

für sportarten-übergreifendes Denken
und Handeln in Hamburg

red GOLF

GOLF LOUNGE

Liebe Leserinnen und Leser,

die Corona-Pandemie stellt unser Gemeinwesen in diesem Winter vor große Herausforderungen und unser tägliches Leben bisweilen auf den Kopf. Dem Ziel, die Ausbreitung des Virus zu verlangsamen, müssen sich derzeit viele Interessen – auch die des Sports – unterordnen. Eine Zäsur, die den gesamten Hamburger Sport und uns alle, für die Sport nicht nur Fitness und Gesunderhaltung, sondern auch ein sozialer Begegnungsort ist, hart trifft. Der Senat weiß um die Auswirkungen der derzeitigen Einschränkungen und hat sie sich dementsprechend nicht leicht gemacht. Zugleich ist es unser gemeinsames Ziel, die enorme Vielfalt im Hamburger Sport zu erhalten und alles zu tun, damit Hamburg eine starke und lebendige Active City bleibt.

Auch für unsere Kaderathletinnen und Kaderathleten des TEAM HAMBURG ist 2020 ein mehr als ungewöhnliches Jahr gewesen. Insbesondere die Verschiebung der Olympischen und Paralympischen Spiele auf das Jahr 2021 hat viele Pläne und Gewissheiten durcheinandergeworfen. Gerade in dieser unruhigen Zeit brauchen unsere Athletinnen und Athleten daher nicht nur Zuspruch und Schulterklopfen, sondern alle denkbare Unterstützung. So haben wir glücklicherweise eine Regelung gefunden, die ihnen trotz der Corona-bedingten Regulierungen des Sportbetriebs einen weitestgehend uneingeschränkten Trainings- und Wettkampfbetrieb ermöglicht.

Die Stiftung Leistungssport wie auch die Stadt Hamburg stehen eng an der Seite unserer Sportlerinnen und Sportler. Gemeinsam müssen wir weiter alles dafür tun, dass wir nach Ende der Pandemie wie bisher über einen leistungsstarken Sportbetrieb verfügen. Das gilt für den Breitensport und die Vereinslandschaft ebenso wie für den gesamten Spitzen- und Leistungssport. Ein besonderer Dank gilt daher den Förderern und Partnern unserer Stiftung, die auch in diesen schwierigen Zeiten dem Sport die Treue halten. Wir brauchen jetzt mehr denn je Zusammenhalt im Sport, und wir brauchen Solidarität mit dem Sport.



Andy Grote

stv. Vorsitzender des Kuratoriums der Stiftung Leistungssport Hamburg

Um das TEAM HAMBURG und auch die Nachwuchsförderung der Stiftung nachhaltig finanziell zu stärken, stellen wir Ihnen in dieser Ausgabe erstmals den TEAM HAMBURG Business Club vor. Als aktive Unterstützerinnen und Unterstützer haben Sie damit die Möglichkeit, die Athletinnen und Athleten direkt und hautnah auf ihrem Weg an die Weltspitze zu begleiten. Aufgrund der Absage der Hamburger Sportgala in diesem Jahr, deren Einnahmen sonst der Stiftung Leistungssport zugutekommen, ist man hier einmal mehr für jede finanzielle Unterstützung dankbar, um den Hamburger Leistungssport weiterhin mit ganzer Kraft nach vorne zu bringen.

Die jetzige zweite Ausgabe des Magazins „Team 040“ soll Ihnen einen weiteren vertiefenden Einblick in die Arbeit und das Engagement der Stiftung geben und Ihnen mit ausführlichen Porträts und Interviews die Möglichkeit geben, unsere Hamburger Athletinnen und Athleten näher kennenzulernen und die Geschichten hinter diesen beeindruckenden Sportpersönlichkeiten zu erfahren. Für tagesaktuelle Neuigkeiten lohnt sich außerdem ein regelmäßiger Blick auf die neugestaltete Homepage und die sozialen Kanäle der Stiftung.

Ich wünsche Ihnen viel Freude beim Lesen dieser Ausgabe und wünsche Ihnen und Ihren Lieben zu Weihnachten, dass Sie auch in dieser unruhigen Zeit zur Ruhe kommen und die Festtage im Bewusstsein für den Wert des Miteinanders genießen können.

Bleiben Sie gesund!
Ihr Andy Grote



Lucas Ansa-Peprah

14



Ammar Abbas Abduljabar

16

Inhalt

6	PORTRAIT & INTERVIEW Lars Flüggen & Nils Ehlers (Beachvolleyball)
10	NACHWUCHSFÖRDERUNG Unterstützung der Golferinnen zahlt sich aus
12	NEWS Team Hamburg Malbuch
18	PORTRAIT Sylvia Pille-Steppat (Para-Rudern)
20	ATHLETENLISTE Alle Mitglieder des TEAM HAMBURG im Überblick
24	NACHWUCHSFÖRDERUNG Hockey-Teams profitieren von der Stiftung
26	PORTRAIT Thomas Plößel (Segeln)
28	NEWS Shirts & Hoodies für das TEAM HAMBURG
30	PORTRAIT Torben Johannesen (Rudern)
32	PORTRAIT Stephan Riemekasten (Rudern)

33	PORTRAIT Thuc Nguyen (Badminton)
34	NEWS Neuer Business Club für den Sport gestartet
36	PORTRAIT Ella Seidel (Tennis)
38	RÜCKBLICK Das Jahr 2020 der Stiftung Leistungssport

IMPRESSUM

Herausgeber:
Stiftung Leistungssport Hamburg
c/o Handelskammer Hamburg
Adolphsplatz 1 | 20457 Hamburg
info@stiftung-leistungssport.de
www.stiftung-leistungssport.de

Vorstandsvorsitzender: Marcus Troeder
Inhaltlich Verantwortlicher: Alexander Harms
Layout & Design: DNGL Media, mail@dngl-media.de
Titelfoto & Bilder: Witters Sportfotografie

Dieses Magazin entstand in Kooperation mit der Hochschule Macromedia und enthält Textbeiträge von: Ole Labes, Patrick Bimpage, Agaganí Ganiev, Michael Koch, Daniel Koeberer, Johannes Schmidt, Dominik Schwerma, Antonia Strieben, Max Weinhold.

Besonderer Dank gilt Prof. Dr. Thomas Horky.



hochschule macromedia
university of applied sciences

STIFTER UND ZUSTIFTER





NEUE WEBSITE für die Stiftung Leistungssport

Die Stiftung Leistungssport hat eine neue Internetpräsenz an den Start gebracht. Neben dem Bundesligakalender gibt es hier Profile aller Athleten und Athletinnen aus dem TEAM HAMBURG und einen neuen Exklusiv-Bereich für den Business Club.

2021 wird hoffentlich nicht nur für die Hamburger Sportler viel mehr zu bieten haben als das Leistungssport-feindliche Jahr 2020. Deshalb blickt die Stiftung Leistungssport voller Zuversicht und mit Optimismus auf das bevorstehende Jahr. Besondere Hoffnungen liegen auf den Olympischen Spielen in Tokio – finden sie statt, sind sie das große Ziel vieler Athleten und Athletinnen. Und Olympia-Jahre sind auch für die Stiftung besondere Jahre.

Um für die Sommerspiele und für die besonderen Herausforderungen durch die Corona-Pandemie gewappnet zu sein, hat die Stiftung Leistungssport ihren Internetauftritt überarbeitet und modernisiert.

Auf der Seite stellt die Stiftung Leistungssport nicht nur sich und ihre Projekte vor, sondern bietet auch dem

TEAM HAMBURG und allen geförderten Athleten und Athletinnen eine Bühne. Sie alle haben ein eigenes Profil, Termine aller Hamburger Spitzensportler*innen werden auf der Seite im Bundesligakalender gesammelt. Neu ist ein Login-Bereich für Business Club Mitglieder mit exklusiven Inhalten. Mehr Infos dazu auf Seite 34.

www.stiftung-leistungssport.de

MIT DEM ANGLERHUT IN RICHTUNG TOKIO

Vom 3.-6. September fanden die Deutschen Meisterschaften im Beachvolleyball in Timmendorfer Strand statt. Mit Clemens Wickler und Julius Thole krönten sich bei den Herren zwei Athleten aus dem TEAM HAMBURG der Stiftung Leistungssport zum Deutschen Meister. Ein weiterer TEAM HAMBURG-Beachvolleyballer musste sich eines der wenigen Großevents des Jahres von der Tribüne aus ansehen: Lars Flüggen, zweifacher Beachvolleyballer des Jahres, musste seinem Partner Nils Ehlers verletzungsbe-

dingt bei der Europameisterschaft und am Timmendorfer Strand von draußen zujubeln. Den Kopf in den Sand stecken, das ist für den 30-jährigen jedoch keine Option.

„Es war ein Schlag ins Gesicht für mich, ich hatte mich sehr auf die großen Turniere gefreut“, sagt Flüggen über seine Zeit als ungeplanter Zuschauer. Eine Knieverletzung zwang ihn für die EM und die Deutschen Meisterschaften abzusagen, ein „denkbar schlechter Zeitpunkt“, kurz vor den



comdirect
beach tour



LARS FLÜGGEN



Auf dem Feld ist der Anglerhut das Markenzeichen von Lars Flüggen

Highlights der Saison. Die Operation ist nun schon einige Wochen her, das Knie fühle sich besser an, so Flüggen. Noch vor Weihnachten ging es für ihn und seinen Partner Nils Ehlers wieder ins Training, in die Vorbereitung auf das nächste große Ziel: Die Qualifikation für die Olympischen Spiele 2021 in Tokio.

Dieses Ziel wollten Flüggen und Ehlers eigentlich schon 2020 erreichen, schließlich hätten die Spiele auch schon stattgefunden. Die COVID19-Pandemie zog den beiden, wie allen anderen Sportlerinnen und Sportlern, einen Strich durch die Rechnung. Flüggen erinnert an die für ihn guten Aspekte der trainingsfreien Wochen: „Ich hatte so viel Zeit mit meiner Familie, wie noch nie zuvor. Das war ein positiver Nebeneffekt.“ Mit der Zeit konnte sich der Deutsche Meister aus 2016 auch wieder seinem eigenen Sport widmen. Als Teilnehmer der Olympischen Spiele 2016 in Rio de Janeiro kennt Flüggen das Gefühl, sich für so ein sportliches Highlight zu qualifizieren: „Das waren Emotionen pur, wir haben eigentlich nicht mehr an die Quali geglaubt.“ Mit seinem damaligen Partner Markus Böckermann flog er aber noch nach Brasilien und fasst das Turnier als „unfassbares Event“ zusammen, auch wenn es sportlich mit einem Vorrundenaus nur mäßig lief. Olympia, das möchte Flüggen nun erneut erreichen: „Ich möchte das nochmal erleben, das ist immer noch das Ziel“, meint der 30-Jährige, fügt jedoch ehrlich hinzu: „Ich glaube, dass es stattfindet, es wird aber bescheiden.“

Von nun an läuft die Vorbereitung auf die Qualifikation der Spiele, ab März 2021 könnten die Turniere wieder starten. Es ist jedoch viel Konjunktiv dabei, Flüggen will sich davon nicht beirren lassen: „Wir werden sehen, ob Wettkämpfe

zu dem Zeitpunkt starten können. Wir werden so trainieren, dass wir für jene Turniere bereit sind, wenn sie stattfinden.“

Sein Markenzeichen wird ihn auf diesem Weg begleiten: Flüggen nutzt als Schutz vor der Sonne einen Anglerhut, da ihn Caps entweder im Sichtfeld oder im Nacken stören. „Den ersten Hut hatte mir meine Mutter in meiner Kindheit geschenkt, damals war er mir noch zu groß“, erzählt Flüggen lachend. Dieser Hut ist nun nicht mehr im Einsatz, „nach Rio war der nicht mehr zu nutzen“, er liegt nun gut verwahrt in Flüggens Regal. Der TEAM HAMBURG-Anglerhut ist für weitere Wettbewerbe eine Option für Flüggen: „Ich habe sehr lange nach einer Alternative für meinen ersten Hut gesucht, den TEAM HAMBURG Hut kann ich mir da gut vorstellen.“ Während der Pandemie hatte Flüggen viel Zeit zum Nachdenken, auch ob der Hut an den Nagel hängt wird: „Zum Karriereende gibt es ganz viele Möglichkeiten, da ist letztendlich noch nichts in Stein gemeißelt. Gedanken mache ich mir aber schon darüber, das ist ja auch normal“, so Flüggen. Eine Sache ist für Flüggen aber klar: Für die Olympischen Spiele 2021 will er sich in jedem Fall qualifizieren. ☺



ANGLERHUT
24,95 €

stiftung-leistungssport.shop

NILS EHLERS:

»DA WAR ICH GANZ FROH, MEIN MÜSLI ZU HABEN.«

Nils Ehlers (26) war 2020 trotz Corona-Pandemie bei der Beachvolleyball-Europameisterschaft in Lettland. Der 2,10m-Mann erzählt in diesem Interview von seinem Weg zur deutschen Beachvolleyball-Elite und wie die EM ohne seinen Stammpartner Lars Flüggen lief.

Nils, wie bist du damals eigentlich zum Beachvolleyball gekommen?

Ich bin groß, da gab es für mich zwei Möglichkeiten: Entweder Volleyball oder Basketball. Früher spielte ich auch Fußball und habe sogar im Verein eine Zeit lang gesegelt. Für Volleyball konnte ich eine Liebe entwickeln, weil im Urlaub damals immer irgendwo ein Beachvolleyball-Feld war und ich auch ein gewisses Talent dafür entdeckt hatte.

Und was hat dich beflügelt, an dieser Sportart dranzubleiben?

Ich hatte schnell den Willen, immer das Bestmögliche aus mir herauszuholen. Auch wenn es mal nicht lief oder ich mich schlecht fühlte, hatte ich immer das Ziel besser zu werden. 2017 durfte ich zum Stützpunkt nach Hamburg ziehen und habe dafür auch mein Staatsexamen in Jura hintenangestellt. Aber es hat sich gelohnt und ich denke, da ist immer noch Luft nach oben.

Nils, du warst ohne deinen Partner Lars bei der Europameisterschaft in Lettland in letzten September.

Seit 2018 ein Team:
Nils Ehlers (links) und
Lars Flüggen



Wie war es für dich?

Leider musste ich ohne Lars zur EM fahren, weil er verletzt war. Ich hatte mit Simon Pfretzschner (Jahrgang 2002) einen sehr jungen Partner und wir sind auch leider frühzeitig aus dem Turnier ausgeschieden. Aber es war ein schönes Experiment.

Ich habe mich aber nicht so wohl mit der ganzen Corona-Situation gefühlt und mich so gut es ging auf meinem Zimmer abgeschottet.

Achtest du bei Turnieren auf besondere Dinge und planst alles durch, oder bist du da eher gelassen?

Besonders in Asien habe ich es häufig, dass ich wenig Schlaf habe. Das liegt meist am Jetlag. Außerdem sind dort die Essgewohnheiten sehr fremd für

mich. Ich packe mir meistens Müsliriegel ein, damit ich etwas Essbares dabei habe (lacht). In einem Restaurant in China hatte ich mal Hühnerfüße in meiner Suppe, was dort scheinbar eine Delikatesse ist, aber für mich ungenießbar. Da war ich ganz froh, mein Müsli zu haben.

Letzte Frage: Wenn deine Karriere plötzlich enden würde, was würdest du tun?

Ich habe noch mein Jura-Studium, was ich sowieso noch beenden möchte und dann sehe ich weiter. Ansonsten will ich noch viel Reisen und unbedingt mal nach Neuseeland. ☺

— Dominik Schwerma



Esther Poburski (ganz links) war selbst Profi-Golferin und fördert jetzt als Mädchen-Landestrainerin Talente

»DAS NIVEAU IST EXTREM GESTIEGEN«

Mit Unterstützung der Stiftung Leistungssport arbeitet Esther Poburski als Deutschlands erste hauptamtliche Landestrainerin im Mädchengolf

Seit dem Jahr 2014 unterstützt die Stiftung Leistungssport den Hamburger Golf Verband beim Aufbau professioneller Strukturen für den Nachwuchsleistungssport im Bereich des Mädchengolfs. Mit Esther Poburski wurde eine sehr gut ausgebildete und motivierte Landestrainerin gefunden, die den Talenten im Hamburger Mädchengolf einiges mit auf den Weg geben konnte. Nach sechs Jahren geht

die Förderung der Stiftung Leistungssport in das letzte Jahr mit dem Hamburger Mädchengolf. Zeit für einen Rückblick auf die erzielten Erfolge und die gemeinsame Zusammenarbeit.

Dr. Dominikus Schmidt, Geschäftsführer des Hamburger Golf Verbands, blickt auf die Anfänge von Esther Poburski zurück: „Esther ist die erste haupt-



Dr. Dominikus Schmidt ist stolz auf die Entwicklung im Hamburger Mädchen-Golf

amtliche Trainerin im Mädchengolf in Deutschland gewesen, darauf sind wir sehr stolz“, sagt Dr. Schmidt und hebt im selben Atemzug die Bedeutung der Förderung der Stiftung Leistungssport hervor: „Eine hauptamtliche Landestrainerin feststellen zu können, war nur mit Hilfe der Stiftung Leistungssport möglich. Hamburg ist Vorreiter in festangestellten Trainern und das halten wir für extrem wichtig.“ Das Geld der Förderung ist im Mädchengolf also primär in den Aufbau einer Top-Landestrainerin geflossen. Die Erfolge sprechen Bände.

Geschäftsführer Dr. Schmidt möchte den Erfolg nicht zu eindimensional definieren, er sieht verschiedene Facetten im Hamburger Mädchengolf deutlich verstärkt. „Das Niveau im Mädchen-Bereich ist extrem gestiegen, seitdem Esther Zeit hat, sich um mehrere Sportlerinnen intensiv zu kümmern“, freut sich Dr. Schmidt und sieht sich bei den Nationalkader-Berufungen bestätigt: „In den Kadern auf nationaler Ebene werden zumeist immer ein oder zwei unserer Athletinnen berufen.“ Dementsprechend profitiert nicht nur das Hamburger Mädchengolf von der steigenden Qualität, auch international trumphen Poburskis Schützlinge auf. Auf Landesebene „haben die Mädels Länderpokale gewonnen, das lässt sich alles auf die gute Arbeit zurückführen“, so Dr. Schmidt.

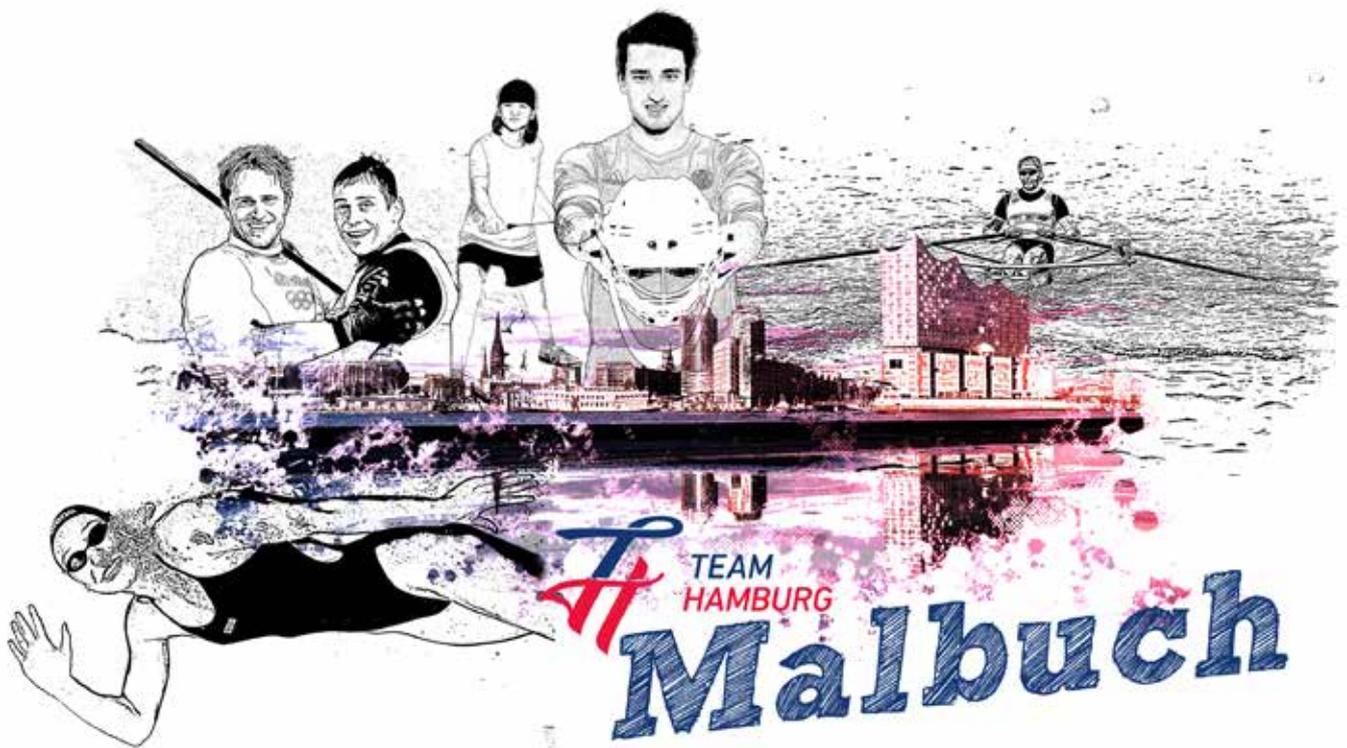
Aushängeschild des Hamburger Mädchen-Golfs ist Esther Henseleit, Hamburgs Sportlerin des Jahres 2019. Auch die 21-Jährige profitierte von Poburskis Ausbildung, wie Dr. Schmidt erzählt: „Poburski hat mit Esther internationale wie nationale Wettbewerbe mitgemacht, sie hat vom Training in verschiedensten Bereichen viel mitgenommen.“ Henseleit wechselte 2013 in die Hamburger Golf-Landschaft, der professionell aufgestellte Trainerbereich ist besonders für junge Talente ein wichtiger Aspekt. Henseleit und Poburski arbeiten heute zwar nicht mehr unmittelbar zusammen, „haben aber bis heute ein sehr gutes Verhältnis“, merkt Dr. Schmidt erfreut an.

Nun geht es für die Stiftung Leistungssport und den Hamburger Golf Verband in das letzte Jahr der Förderung. Die Zusammenarbeit zwischen Stiftung und Mädchengolf ist ein absolutes Paradebeispiel, wie eine Förderung zu qualitativen wie quantitativen Erfolgen im Sport-Nachwuchsbereich beisteuern kann. Die Stiftung empfindet den Aufbau professioneller Strukturen für den Nachwuchsleistungssport im Bereich des Mädchengolfs wie erhofft als Vorzeiprojekt. Die Stiftung hofft, dass im letzten gemeinsamen Jahr der Förderung und darüber hinaus weiterhin Erfolge in der Entwicklung des Mädchengolfs erzielt werden. Sowohl in der individuellen Ausbildung, als auch mit guten Turnier-Ergebnissen. ●



Golferin Esther Henseleit gehörte zu den Schützlingen von Trainerin Poburski

TEAM HAMBURG MALBUCH



Nach der Zusicherung der Förderung auch für das Jahr 2021 kam für die in der Handelskammer Hamburg geführte Geschäftsstelle der Stiftung Leistungssport Hamburg die Kreativität – um das Interesse an der Stiftung und ihren Projekten zu erhalten.

Zum „Zeitvertreib“ für die TEAM HAMBURG-Fans in den Monaten, in denen kein Sport ge-

trieben werden konnte, schuf die Stiftung unter anderem zusammen mit dem ehemaligen TEAM-HAMBURG-Athleten Helge Schwarzer ein Malbuch, in dem Sportler aus der Hansestadt ausgemalt werden können. Zahlreiche Sportarten und Athleten und Athletinnen, vom Schwimmen bis zum Rudern, sind im Malbuch abgebildet.

Es wurde 15.000 Mal heruntergeladen. 📄

Das Malbuch findet ihr unter:

www.stiftung-leistungssport.de/Aktuelles/TEAM-HAMBURG-Malbuch

SPORT VERBINDET, SPORT INTEGRIERT!



TEAM040 ALS VORBILD UND
BOTSCHAFTER UNSERER STADT

1

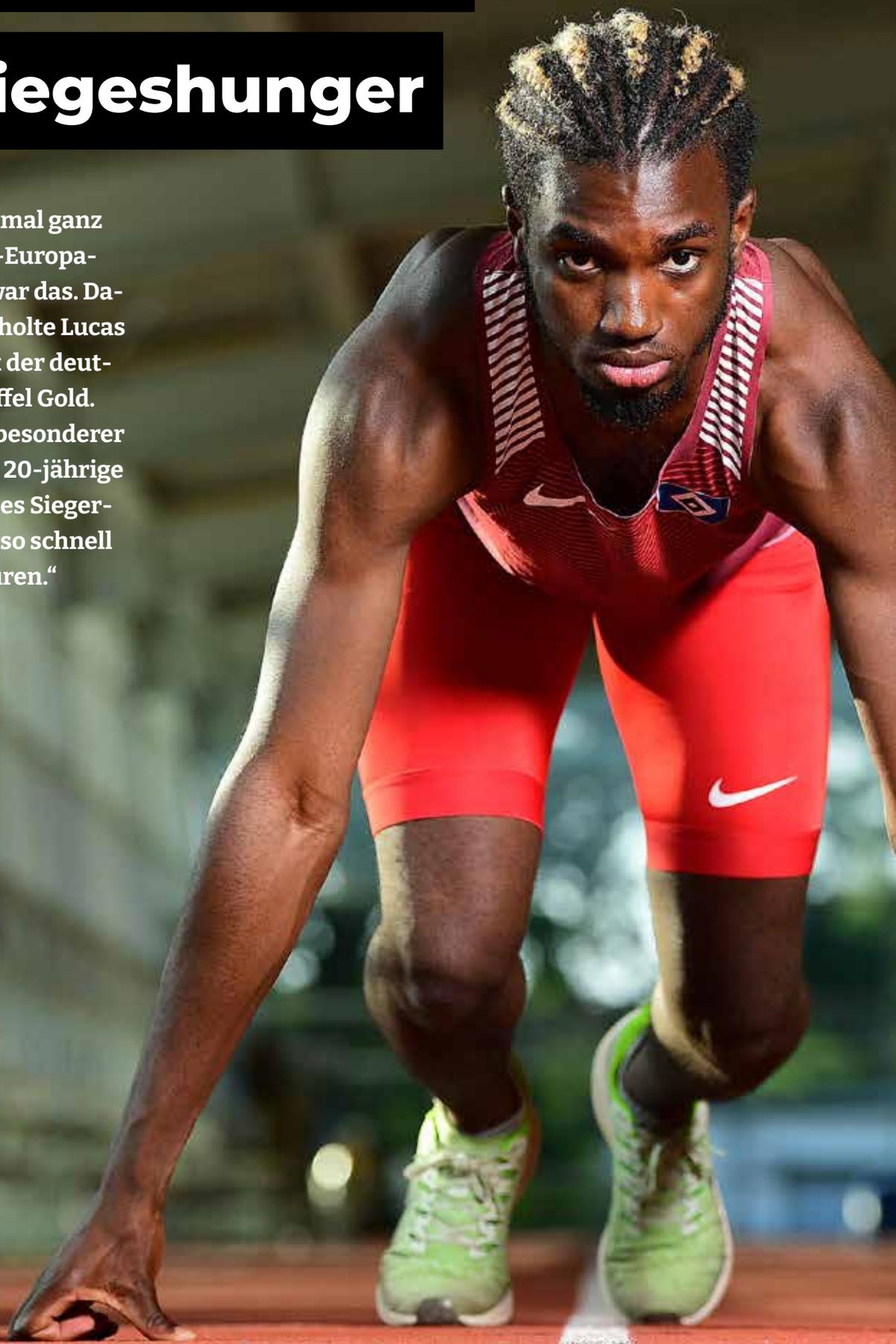
2

3

Ein Quereinsteiger

mit Siegeshunger

Er stand schon einmal ganz oben. Bei den U20-Europameisterschaften war das. Damals, im Juli 2019, holte Lucas Ansh-Peprah mit der deutschen Sprinterstaffel Gold. „Das war ein sehr besonderer Moment“, sagt der 20-jährige Leichtathlet. „Dieses Siegergefühl möchte ich so schnell es geht wieder spüren.“





Dafür gibt Anseh-Pepurah alles, auch wenn ihm das im Jahr 2020 mitunter schwerfiel. Sechs Wochen lang durften er und seine Sprinter-Kollegen vom Hamburger SV zu Beginn der Corona-Pandemie nicht gemeinsam trainieren. „Das ging sehr doll auf die Motivation“, gesteht der gebürtige Stuttgarter, der vor zehn Jahren mit seiner Mutter nach Hamburg zog. „Es gab Tage, wo ich echt keine Lust hatte, rauszugehen und auf der Straße Steigerungsläufe zu machen. Da dachte ich mir wirklich: Wofür machen wir das eigentlich? Es wird eh nichts stattfinden.“

Zum Glück aus Sicht der Sportlerinnen und Sportler kam es anders, ein bisschen immerhin. Die deutschen Meisterschaften fanden statt, Anseh-Pepurah verpasste das Hundertmeter-Finale um eine Tausendstel-Sekunde und stellte über 200 Meter eine persönliche Bestleistung auf. Nicht selbstverständlich für den jungen Mann in diesem Jahr, den die Zeit des fehlenden Trainings quälte und der deswegen zwei Kilo zunahm. „Ich musste gefühlt alles wieder von null anfangen“, sagt Sprinter Anseh-Pepurah.

Inzwischen ist er wieder in Form, seine Ziele stehen sowieso fest: die Olympischen Spiele in Paris 2024, vielleicht sogar schon die in Tokio 2021. „Die Konkurrenz ist wirklich sehr stark“, weiß Anseh-Pepurah. Sein Trainer Sebastian Bayer und er rechnen sich dennoch etwas aus. „Wir haben das Ziel, dass wir vielleicht als Ersatzstaffelläufer dabei sind“, verrät der Sprinter, der zu seiner Disziplin eher unverhofft und erst im Alter von 16 Jahren kam.

„Ich kannte Usain Bolt, aber ich wusste halt nicht, dass man Leichtathletik so richtig als Vereinssport machen kann“, sagt Anseh-Pepurah und lacht. „Eigentlich war Fußball das, was ich



Lucas Anseh-Pepurah kniete bei den Deutschen Meisterschaften 2020 in Braunschweig nieder, um die „Black Lives Matter“-Bewegung zu unterstützen.

immer machen wollte.“ Es kam anders. Weil er mit dem Kicken aufhörte, um sich auf die Schule zu konzentrieren. Und, weil ihn sein Sportlehrer beim Schul-Wettbewerb „Jugend trainiert für Olympia“ anmeldete.

„Wäre er nicht da gewesen, wäre ich niemals zur Leichtathletik gekommen“, bekennt er. Wenn Anseh-Pepurah heute zu Wettkämpfen antritt, „dann schreibt mir mein Lehrer immer und sagt, wie stolz er auf mich ist. Da bedanke ich mich immer bei ihm für seinen Ratschlag.“

Im kommenden Jahr steht für den Wahl-Hamburger neben der möglichen Olympia-Teilnahme noch etwas anderes im Kalender: die U23-EM in Norwegen. Und auf lange Sicht ist für Lucas Anseh-Pepurah ohnehin klar, was kommen soll. „Sehr viele Erfolge“, sagt er, „und jeder mögliche Rekord.“ ●

—Max Weinhold



**»ICH MACH' DAS
ALLES NICHT
UMSONST«**

**AMMAR ABBAS ABDULJABAR
WILL HOCH HINAUS**

Ein 15-jähriger Iraker in einem für ihn fremden Land, ohne festes Ziel vor Augen, ohne nötige Disziplin zum Leistungssportler. So sah das Leben von Ammar Abbas Abduljabar vor knapp zehn Jahren in Deutschland aus. Als ein wilder Junge auf der Straße, der seine Kraft und Power nicht zu kontrollieren weiß, zeigte sein Vater ihm das Boxen.

Mit 16 Jahren hört Abduljabar das erste Mal vom Boxen, tut sich aber anfangs schwer, in den Sport hineinzufinden. Besonders seine mangelnde Disziplin wirft ihn lange zurück: „Ich war tagelang nicht zuhause, habe kaum trainiert.“ Und heute? Wöchentlich fünfzehn Trainingseinheiten, die nötige Disziplin, um das große Ziel zu erreichen: „Der Beste sein! Ich mache das alles nicht umsonst jeden Tag“, so der 25-Jährige.

Damit er es ins deutsche Box-Nationalteam schafft, musste er in den vergangenen zehn Jahren sein Leben grundlegend verändern. Angefangen hat er bei seinem damaligen Freundeskreis: „Falsche Freunde, egal wie diszipliniert du bist, bringen dich nicht weiter. In einem schlechten Umfeld bist du genauso schlecht“, erklärt er. Zudem hat der Schwergewichtsboxer seinem Vater vieles zu verdanken, er ist der Überzeugung, seine richtige Erziehung ebnete den Weg für eine erfolgreiche Boxkarriere.

2021 möchte Abduljabar sich für Olympia in Tokio qualifizieren, dazu steht er schweißgebadet in der Trainingshalle, jeden Tag, sechs Tage die Woche. Zudem hat er allein 2020 sechs Monate im Trainingslager verbracht. Eine Pause erlaubt er sich nur an Sonntagen: „Gemütlich auf der Couch liegen, Serien

schauen und chillen. Da lass ich es richtig krachen!“

Der Weg zum besten Boxer der Welt ist schwer, allerdings noch schwerer, wenn man durch einen Virus lahmgelegt wird: Im September erkrankte Abduljabar am Coronavirus, auf das Training musste er wochenlang verzichten und konnte sich kaum bewegen. Das erschwerte Atmen, zudem der fehlende Geschmacks- und Geruchssinn nagelten ihn auf der Couch fest. „Mittlerweile geht's wieder, die Nachwirkungen merke ich aber immer noch“, so der gebürtige Iraker.

Um in Tokio 2021 dabei zu sein, muss Abduljabar zwei seiner vier Kämpfe in der EM-Qualifikation im Mai in London gewinnen. Die Kämpfe werden in leeren Hallen ausgetragen. Für den Boxer sollte das kein Problem sein, denn während der Kämpfe blendet er alles aus und fokussiert sich nur auf den Gegner. Selbstsicher erzählt er, dass er sich in einer Top-Verfassung befindet und richtig motiviert sei: „Mein Ehrgeiz ist sogar größer als vor einem Jahr.“ ●



Sechs Tage die Woche trainiert Boxer Ammar Abduljabar Foto: Torsten Helmke

—Agagani Ganiev



MIT DEM KÄMPFERHERZ ZUR PARALYMPISCHEN MEDAILLE

„Es ist nicht wichtig, was einem im Leben widerfährt, wichtig ist, was man daraus macht. Wir sollten aus jeder Situation eine Chance erkennen und versuchen, Träume zu entwickeln und zu verwirklichen. Mein Traum ist und war der Sport.“ Sylvia Pille-Steppat ist Pararuderin im TEAM HAMBURG und hat sich vom großen Traum Sport trotz eines Schicksalsschlags nicht abbringen lassen. Für Sportler*innen sind die Olympischen und Paralympischen Spiele oftmals der größte Traum. Pille-Steppat hat sich diesen durch die Qualifikation für die Paralympischen Spiele 2021 in Tokio schon erfüllt.

Die Geschichte der ältesten TEAM HAMBURG-Athletin im Pararudern ist jedoch bisher noch keine lange. Denn im Jahr

1998 konnte Pille-Steppat noch uneingeschränkt sportliche Aktivitäten wahrnehmen. Die heute 53-Jährige darf sich Sieger des Hamburg Marathons 1998 nennen. In unter drei Stunden absolvierte sie die 42 Kilometer. Im Jahr 2002 wiederholte die zweifache Mutter ihren Triumph. Ihre große Liebe zum Laufen nahm schon zu Kindheitszeiten ihren Anfang. „Unsere Eltern haben sonntags öfters mal im Wald für die gesamte Familie Trimm-dich-Pfade organisiert. Es wurden verschiedene Übungen aufgebaut, damit wir immer wieder vor neuen Herausforderungen standen“, schwelgt Pille-Steppat in Erinnerungen.

Doch Pille-Steppat konnte sich nicht zum dritten Mal krönen. Sie erkrankte an Multipler Sklerose, eine chronische



VIA PILLE-STEPPAT

Autoimmunerkrankung, welche die Zellen im Rückenmark zerstört und sich mit der Zeit ausdehnt. „Bei einem Halbmarathon bin ich Schlangenlinien gelaufen und kurz vor dem Ziel gestürzt. Meine Beine versagten. Vor den Augen meiner Kinder und meines Mannes, kam ich mit blutender Nase und Schürfwunden durch das Ziel“, blickt sie auf den Moment zurück, der ihr den Ernst der Lage vor Augen führte. Es war der Zeitpunkt, ab dem die Architektin einen Arzt aufsuchte.

Die ehemalige Marathonsiegerin ließ sich von dieser Diagnose jedoch nicht unterkriegen, sie gibt sich kämpferisch: „Ich wollte Sport machen. Ich stelle mich gerne neuen Herausforderungen und will mich immer weiter verbessern. Darin liegt meine Motivation. Ich hatte keine Zeit, um ans Aufgeben zu denken.“ Über ihren Sohn kam sie in den Wilhelmsburger Ruderclub von 1895 e.V.

Im Jahr 2011 wurde das Pararudern zu ihrer Leidenschaft, in welche sie Tag für Tag eine Menge Arbeit reinsteckte. „Als Kind ist es natürlich einfacher, neue Dinge zu erlernen, im Vergleich zu einem 40-jährigen Erwachse-

nen“, beschreibt Pille-Steppat ihre Ruderanfänge. Durch das Laufen war eine Grundaussdauer schon gegeben und somit lag der Fokus auf der Kraft in den Armen und im Oberkörper. „Beim Rudern fährt man sein eigenes Rennen, man muss sich auf sich selbst konzentrieren und versuchen, seine eigene Zeit zu toppen“, erklärt Pille-Steppat ihren Antrieb. Eine gewisse Routine entwickelte sich über die Jahre, vor jedem Wettkampf geht die Ruderin um 7:00 Uhr das erste Mal ins Boot und aufs Wasser, um sich mental auf das anstehende Rennen vorzubereiten.

Ihre Dankbarkeit und Wertschätzung für ihre sportliche Situation werden besonders deutlich, wenn sie von ihrer Familie spricht. „Ohne die Familie würde das alles nicht gehen“, erzählt die paralympische Athletin stolz. Nach ihrer aktiven Karriere, dessen Ende noch offen ist, kann sie sich vorstellen, als Trainerin sowohl beim Laufen als auch beim Rudern zu fungieren. „Solange ich mich noch steigern kann, will ich mich austesten. Klar ist irgendwann Schluss, aber nach jetzigem Stand geht es nach Tokio weiter.“ In Japan will Pille-Steppat aber noch selber im Boot einen Erfolg feiern. ●

— Patrick Bimpage

Fotos: Witters



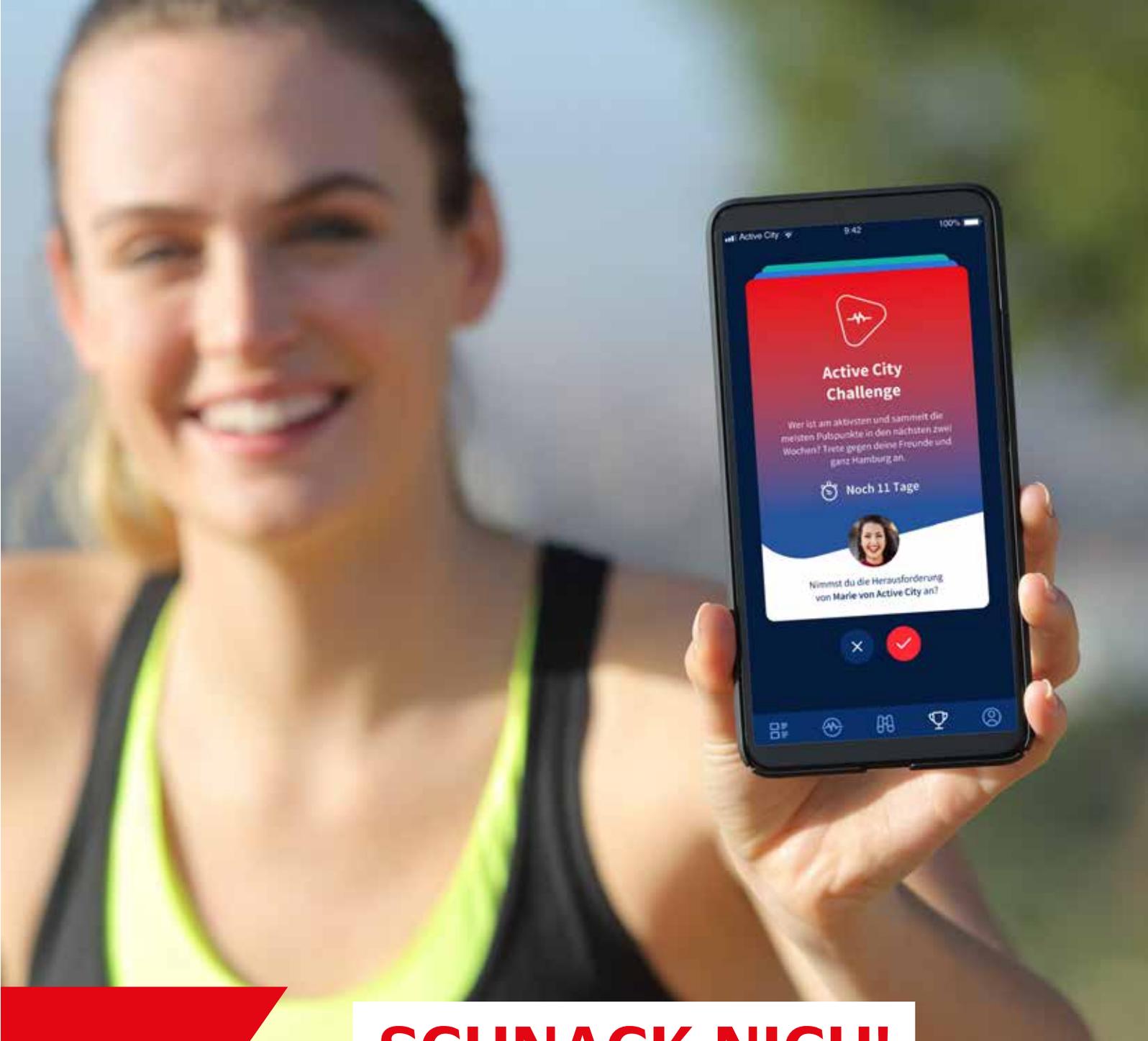
Aktuelle Athletenliste 2020

76 Sportler*innen (Teil 1/2)



Name	Vorname	Sportart	Verein
Abduljabbar	Ammar Abbas	Boxen	SV Polizei Hamburg
Akugue	Noma Noha	Tennis	Marienthaler Tennis- und Hockey-Club e.V.
Ansah-Peprah	Lucas	Leichtathletik	Der Hamburger Sport-Verein e.V.
Appel	Mark	Hockey	Der Club an der Alster e.V.
Bieneck	Victoria	Beachvolleyball	Der Hamburger Sport-Verein e.V.
Boateng	Mireku Carl-Junior	Leichtathletik	Der Hamburger Sport-Verein e.V.
Braatz	Leon	Rudern	Ruder-Club Bergedorf e.V.
Bruns	Erik	Rudern	Ruder-Club Bergedorf e.V.
Dosse	Philipp	Rudern	Der Hamburger und Germania Ruder Club
Dunkel	Friedrich	Rudern	Alster-Ruderverein Hanseat von 1925 e.V.
Ehlers	Nils	Beachvolleyball	Der Hamburger Sport-Verein e.V.
Escher	Lukas	Tennis	SV Blankenese e.V.
Fischer	Tim	Segeln	Norddeutscher Regatta Verein r. V.
Flüggen	Lars	Beachvolleyball	Der Hamburger Sport-Verein e.V.
Franke	Santino	Boxen	SV Polizei Hamburg
Gablac	Hannah	Hockey	Der Club an der Alster e.V.
Gergec	Ada	Tennis	Der Club an der Alster e.V.
Granitzki	Hanna	Hockey	Der Club an der Alster e.V.
Großmann	Malte	Rudern	Ruder-Club Favorite Hammonia e.V.
Gürüz	Özlem	Taekwondo	TANGUN – Sport und Freizeitcenter
Hauke	Franzisca	Hockey	Harvestehuder Tennis- und Hockey-Club e.V.
Hauke	Tobias	Hockey	Harvestehuder Tennis- und Hockey-Club e.V.
Hausdorf	Lisa	Leichtathletik (1500m)	TuS Germania Schnelsen von 1921 e.V. / AG Hamburg West
Heil	Erik	Segeln	Norddeutscher Regatta Verein r. V.
Helms	Lysann	Leichtathletik (400m)	Hamburger Sport-Verein e. V.
Henseleit	Esther	Golf	Hamburger Golf-Club e.V.
Horn	Kira	Hockey	Der Club an der Alster e.V.
Huse	Viktorija	Hockey	Der Club an der Alster e.V.
Hutaev	Turpal-Ali	Boxen	SC Condor Hamburg
Johannesen	Torben	Rudern	Ruder-Club Favorite Hammonia e.V.
Kammann	Marc	Rudern	Der Hamburger und Germania Ruder Club e.V.
Kammann	Björn	Schwimmen	AMTV-FTV Hamburg
Karn	Bela	Leichtathletik (400m)	Hamburger Sport-Verein e. V.
Körtzinger	Leonie	Beachvolleyball	Der Hamburger Sport-Verein e.V.
Krüger	Rosa	Feldhockey	Harvestehuder Tennis und Hockey-Club (HTHC)
Lindholm	Maya	Rohrstuhlbasketball	Hamburger Sport-Verein e. V.
Lys	Eva	Tennis	Der Club an der Alster e.V.
Micheel	Lena	Hockey	Uhlenhorster Hockey-Club e.V.

(Stand: 1. Dezember 2020)



SCHNACK NICH!

BEWEG DICH!

activecity.hamburg.de

Jetzt App laden und Teil der Active City werden!



Aktuelle Athletenliste 2020

76 Sportler*innen (Teil 2/2)



Name	Vorname	Sportart	Verein
Miller	Mareike	Rollstuhlbasketball	BG Baskets Hamburg
Miroslaw	Rafael	Schwimmen	Hamburger Turnerschaft von 1816 r.V.
Möller	Marvin	Tennis	Rahlstedter Hockey- und Tennis-Club e.V.
Mönch	Enno	Rudern	Ruder-Club "Allemannia von 1866"
Moritz	Charlotte	Rudern	Alster-Ruderverein Hanseat von 1925 e.V.
Mrozinski	Julia	Schwimmen	SGS Hamburg
Müller	Mathias	Hockey	Hamburger Polo Club e.V.
Müller	Edina	Para-Kanu	Hamburger Kanu Club e.V.
Müller-Wieland	Janne	Hockey	Uhlenhorster Hockey-Club e.V.
Nagel-Heyer	Karl	Tennis	Der Club an der Alster e.V.
Naske	Tim Ole	Rudern	Ruder-Gesellschaft Hansa e.V.
Nguyen	Thuc Phuong	Badminton	Hamburg-Horner TV von 1905 e.V.
Pataki	Ester Katerina	Tennis	Der Club an der Alster e.V.
Patzwald	Anne	Rollstuhlbasketball	Der Hamburger Sport-Verein e.V.
Paul	Eric Magnus	Rudern	Der Hamburger und Germania Ruder Club e.V.
Pille-Steppat	Sylvia	Para-Rudern	Wilhelmsburger Ruder-Club von 1895 e.V.
Plöbel	Thomas	Segeln	Norddeutscher Regatta Verein r. V.
Riemekasten	Stephan	Rudern	Der Hamburger und Germania Ruder Club e.V.
Rohde	Leon	Radsport Bahn	Radsport-Gemeinschaft Hamburg von 1893 e.V.
Runge	Marit Finnja	Rudern	Ruder-Gesellschaft Hansa e.V.
Runge	Henrik	Rudern, Skullen	Ruder-Gesellschaft Hansa e.V.
Schneider	Isabel	Beachvolleyball	Der Hamburger Sport-Verein e.V.
Schneider	Sarah	Beachvolleyball	Der Hamburger Sport-Verein e.V.
Schneider	Malaika	Schwimmen	SGS Hamburg
Schröder	Anne	Hockey	Der Club an der Alster e.V.
Seidel	Ella	Tennis	Klipper THC e.V.
Sosna	Mika	Leichtathletik (Diskus)	TSG Bergedorf
Staub	Constantin	Hockey	Hamburger Polo Club e.V.
Stapenhorst	Charlotte	Hockey	Uhlenhorster Hockey-Club e.V.
Thole	Julius	Beachvolleyball	Eimsbütteler Turnverband e.V.
Vinken	Bennet	Leichtathletik (Weitsprung)	Hamburger Sport-Verein e. V.
v. Finckenstein	Emilie	Golf	Hamburger Golf-Club e.V. (Falkenstein)
Wickler	Clemens	Beachvolleyball	Eimsbütteler Turnverband e.V.
Willim	Nik Aaron	Segeln	Norddeutscher Regatta Verein r. V.
Willim	Luke	Segeln	Norddeutscher Regatta Verein r. V.
Wortmann	Amelie	Hockey	Grossflottbeker Tennis- Hockey- und Golf-Club e.V.
Wulfers	Leonie	Golf	Hamburger Golf-Club e.V. (Falkenstein)
Schulrath	Tobias	Schwimmer	SGS Hamburg

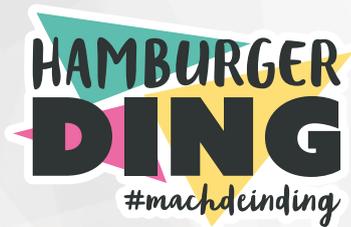
(Stand: 1. Dezember 2020)

Mach es wie die Jungs und Mädels vom Team Hamburg.



#machdeinding

im sportlichsten Cross Community Space auf dem Kiez!



Es gibt viele Gründe, im HAMBURGER DING vorbeizuschauen:

CO-WORKING + COMMUNITY.

MEETINGS + EVENTS.

E-SPORT + GAMING.

PODCAST + STREAMING.

FITNESS + GESUNDHEIT.

BILDUNG + INNOVATIONEN.

Buche dein Co-Working-Ticket online, melde dich zum Workout an oder erlebe eine neue Dimension von Gaming.

WANN KOMMST DU VORBEI?

www.HAMBURGERDING.de



HAMBURG, HOCKEY UND DIE STIFTUNG

Die Sportart und die Sportstadt passen seit Jahrzehnten perfekt zusammen. Das war ein wichtiger Aspekt, als sich die Stiftung Leistungssport 2013 dazu entschied, den Hamburger Hockey-Verband nachhaltig zu fördern.

Der Hamburger Hockey-Verband hat dank einer geförderten Landestrainerstelle bei den Themen Nachwuchsentwicklung und -förderung große Schritte gemacht. Geschäftsführer Klaus Korn und Landestrainer Nils Leest erzählen von der Wichtigkeit dieser Stelle für die Hockey-Talente der Stadt.

Grundsätzlich war es dem Hamburger Hockey-Verband (HHV) möglich, durch die Förderung der Stiftung Leistungssport eine zusätzliche Landestrainerstelle einzurichten. Die Aufgaben des Jugendtrainers bezogen sich speziell auf die Talentsichtung und die Talentfindung, wie Leest erklärt: „Der Jugendtrainer hat in unserem Verband die jährlichen Sichtungsturniere organisiert und begleitet. Bei diesen Turnieren wurden Mädchen und Jungen im Alter von 11 bis 14 Jahren gesichtet.“ Der Verband konzentrierte sich darauf, Talente schon frühzeitig zu fördern und sie langfristig zu entwickeln. „Durch die zusätzliche Trainerstelle war es überhaupt möglich, nun auch jüngere



Die Hamburgerinnen Franzisca Hauke (links) und Anne Schröder (rechts) feierten 2018 den Hallen-Weltmeistertitel mit der Nationalmannschaft

Jahrgänge zu sichten und zu trainieren. Diese frühe Beobachtung hilft speziell Talenten aus kleineren Vereinen, die zu meist keine hauptamtlichen Trainer haben“, fügt Geschäftsführer Korn hinzu. Junge Talente hatten und haben so noch früher die Chance auf ein besseres Training unter taktischen und technischen Aspekten. Zudem hat der Verband bereits Kader ab der U13 und der U14.

Hockey hat in der Hansestadt eine lange Tradition. Der Deutsche Hockey-Bund

e.V. zählt den Hamburger Hockey-Verband schon lange zu den stärksten Landesverbänden. Das bezieht sich einerseits auf die Mitgliederanzahl, andererseits aber auch auf die Leistungsstärke im weiblichen und männlichen Bereich. „Der Leistungssport genießt im Hamburger Hockey-Verband einen außerordentlich hohen Stellenwert, was sich in einer Vielzahl an leistungsorientierten Vereinen und auch in den Strukturen des Verbands widerspiegelt“, so Korn. Fünf Bundesligisten bei den Män-

nen und vier bei den Frauen kommen aus Hamburg, somit ist die Hansestadt die eindeutig am meisten vertretene Stadt von allen Bundesligisten. „Anhand der Anzahl an Bundesligaclubs und der Kaderzahlen auf Bundesebenen lässt sich die hohe Bedeutung des Standorts Hamburg für den Spitzenverband verdeutlichen“, erklärt Korn.

Auf welchem hohem Niveau sich Hamburgs Hockey befindet, zeigen die Zahlen der Bundeskaderathletinnen und -athleten. Seit 2016 werden bis zu diesem Jahr ausnahmslos mindestens 50 Athleten und Athletinnen für die Nationalteams des Deutschen Hockey-Bundes nominiert. Im Jahr 2016 waren es sogar 61 Spielerinnen und Spieler, im Jahr 2020 konnte der Hamburger Hockey-Verband mit 59 Nominierten ebenfalls eine ausgezeichnete Zahl aufweisen. Besonders in den weiblichen Olympiakadern und in allen Nachwuchskadern ist es der Hamburger Verband, der zumeist die Mehrzahl der Athletinnen und Athleten unter seinen Fittichen oder zumindest ausgebildet hat.

Der Hamburger Landesverband ist dementsprechend qualitativ wie quantitativ gut aufgestellt. Damit dieser Leistungsstand gehalten werden kann, sind die Landestrainer angewiesen, sich ebenfalls weiterzuentwickeln. Hierfür zahlt sich die enge Kooperation zwischen Spitzenverband und Landesverband aus, wie



Für Hamburg und Deutschland am Schläger: Anne Schröder, Kira Horn, Hanna Granitzki und Viktoria Huse (v.l.n.r.)

Geschäftsführer Korn erklärt: „Die Hamburger Landestrainer sind in der Regel fest in Lehrgangs- und Länderspielmaßnahmen der diversen Bundeskader integriert. Das geht vom A-Kader bis hin zur U16.“ Somit wird sowohl beim Hamburger Verband als auch beim Deutschen Hockey-Bund sehr darauf geachtet, auch die jeweiligen Landestrainer voranzubringen, um die Qualität in den Landesverbänden zu sichern.

Der von der Stiftung Leistungssport mitfinanzierte Jugendtrainer konnte sich mit den Hockey-Talenten mehr beschäftigen als zuvor und individuelles Förder-Training anbieten. „Im Rahmen des Sportunterrichts können diese Talente freigestellt werden und mit dem Landestrainer eine individuelle Hockey-Einheit absolvieren“, sagt Korn. In den vier wichtigsten Länderpokalen, dem Hessen-

schild, dem Frank-Schmitz-Pokal, dem Berlin-Pokal und dem Rhein-Pfalz-Pokal konnte ein Hamburger Team in den vergangenen vier Jahren insgesamt fünfmal gewinnen, stand in 10 von 16 möglichen Fällen auf dem Treppchen. Auch bei den deutschen Junioren-Meisterschaften wurde seit 2016 immer mindestens eine Hamburger Mannschaft in einer der Altersklassen Deutscher Meister.

„Ohne die Stiftung Leistungssport wäre meine Stelle nicht realisierbar gewesen“, blickt Leest auf die sechsjährige Zusammenarbeit zurück. „Durch die Mittel der Stiftung konnte ich nicht nur viele Erfolge mit den HHV-Teams feiern, sondern hoffentlich auch nachhaltig die Strukturen im Verband verändern. Ich bin für die Möglichkeit sehr dankbar und hoffe, dass noch viele weitere Trainer in den Genuss der Förderung kommen.“ ☉



PORTRAIT

THOMAS PLÖSSEL



SEGELN

Einklang zwischen Natur, Mentalität und Intuition



Schaut man ihnen zu, könnte man denken, sie fliegen über das Wasser und das angetrieben nur durch den Wind. „Es ist ein total geniales Gefühl von einer Naturkraft bewegt zu werden. Etwas schiebt einen, was kein Motor ist, sondern eine stille Gewalt“, erklärt Thomas Plössel. Gemeinsam mit Steuermann Erik Heil bildet Vorschoter Plössel ein Team in der 49er Klasse im Segeln. „Es ist das Besondere am 49er, welcher die Idee hat über das Wasser zu fliegen“, schildert Plössel, der im vergangenen April nach Hamburg umgezogen ist.

Seine Eltern richteten dem heute 32-Jährigen sein Kinderzimmer wie eine alte Schiffskoje ein, inklusive einem alten Bullauge: „Das hatte mein Vater damals gekauft“, erzählt Plössel, der so schon früh mit dem Segelsport in Kontakt kam und mit neun Jahren selbst in den Segelverein eintrat. Zwei Jahre später tat er sich mit seinem Steuermann Erik Heil zusammen: „Wir sind damals spontan auf einer Regatta mitgesegelt, seitdem haben wir alle Altersstufen zusammen durchlaufen.“ So sitzt das Segelteam Plössel/Heil seit 20 Jahren gemeinsam in einem Boot.

Als Vorschoter bedient Plössel das Großsegel. Heil ist als Steuermann für das Vorsegel und das Ruder zuständig. „Unsere Aufgaben greifen stark ineinander, ich muss ihm vertrauen können, dass er die richtigen Entscheidungen trifft und andersherum. Das gibt uns auch Vertrauen in die Sicherheit des Bootes“, schildert Plössel die Situation an Bord. Dabei ist ihm vor allem der Spaß am Segeln wichtig: „Das gibt mir eine Lockerheit. Beim Segeln kommt es auf viel Intuition an, dies würde auf Krampf nicht funktionieren, die Lockerheit hilft dort. Viel Wissen bringt einem nichts, wenn man es unter Druck nicht anwenden kann.“ Dabei ist es für den gebürtigen Oldenburger wichtig, auf seinen Instinkt vertrauen zu können: „Ich muss die Entscheidung der Strategie treffen, dabei verlasse ich mich auf mein Gefühl. Eine Regatta gewinnt man zu 95% mit einer mentalen Einstellung, dem richtigen Lesen des Wassers und der Natur. Es geht darum Fehler zu vermeiden. Segeln heißt Fehlerminimierung.“



Glückliche Dritte: Thomas Plössel (r.) gewann mit Partner Erik Heil bei den Olympischen Spielen in Rio die Bronzemedaille

Nach der Bronzemedaille in Rio de Janeiro 2016 blickt das Duo nun auf Tokio: „Wir haben die Zeit durch die Verschiebung gut genutzt und unser Plan steht. Wir sind ab sofort 100% fokussiert auf Olympia.“ Dort ist das Ziel für das Duo die Goldmedaille. Unterstützung erhalten sie dabei auch von der Stiftung Leistungssport: „Die Stiftung ist seit mittlerweile zehn Jahren eine konstante Hilfe für uns. Gerade in der Corona-Zeit gab sie uns eine Menge Sicherheit und eine Grundlage für die private Lebenshaltung. Das wissen wir sehr zu schätzen“, erzählt Plössel, der sich auch privat in Hamburg sehr wohl fühlt. Doch für die Vorbereitung zu den Olympischen Spielen in Tokio wird er die Hansestadt bald wieder verlassen, um sich wieder von der stillen Kraft der Natur treiben zu lassen. Im besten Fall sogar bis zum olympischen Gold. ☉

— Daniel Koeberer

ONLINE-SHOP

Hoodie-Zeit!

DAS TEAM HAMBURG MERCHANDISE

BRINGT EUCH DURCH DIE KALTEN MONATE

Schwimmer
Björn Kammann



Die Stiftung Leistungssport Hamburg und die Behörde für Inneres und Sport haben in ihrem gemeinsamen Merchandise-Online-Shop zahlreiche Hoodies im Angebot. Das TEAM HAMBURG und die ACTIVE CITY halten euch warm. Alle Infos unter www.stiftung-leistungssport.shop.

Das Angebot wird regelmäßig aktualisiert und erweitert. Die Produkte erfüllen die „FairTrade-Standards“. Auf jeder Station in der gesamten Lieferkette werden faire Löhne gezahlt. Zudem sind

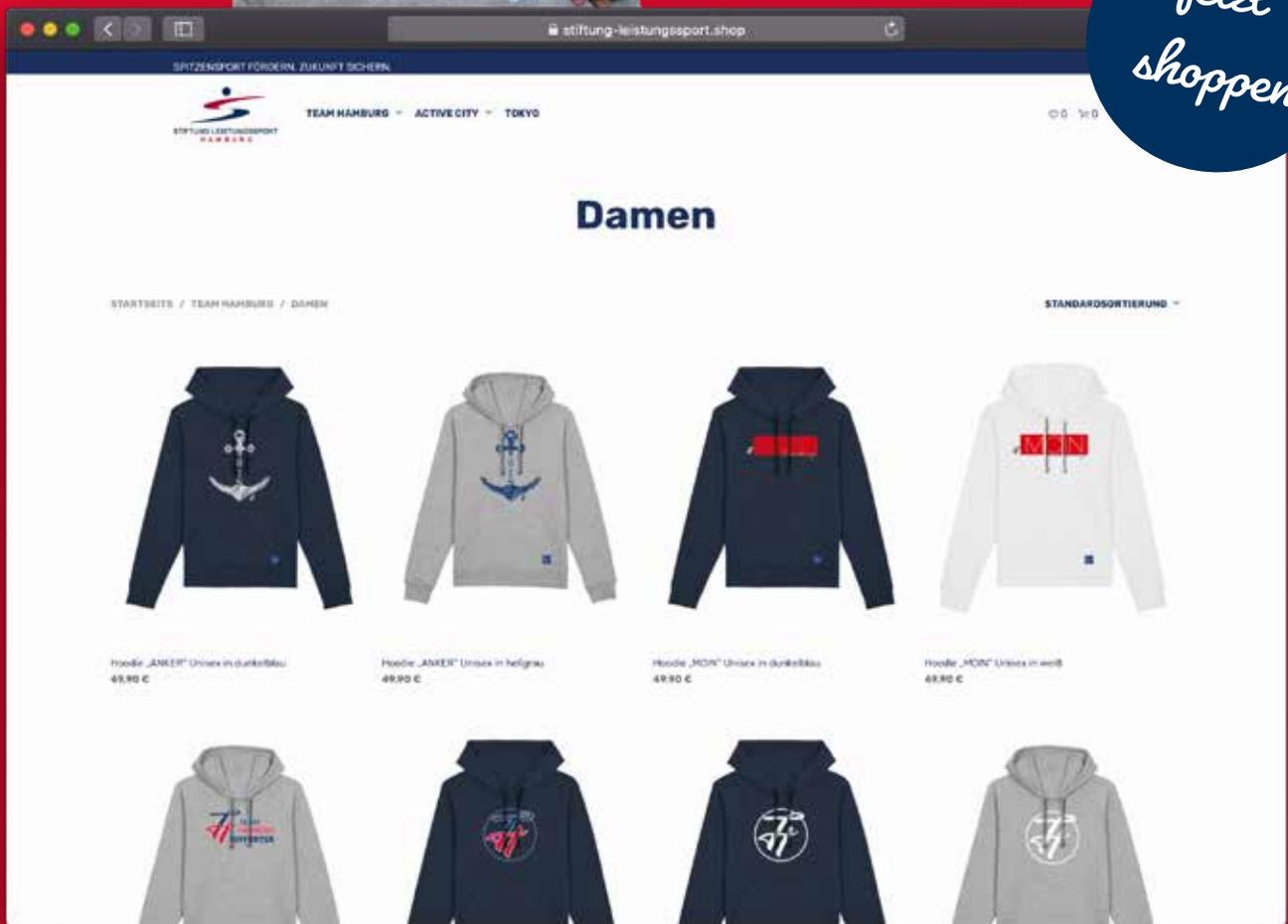
sie „STANDARD 100 by OEKO-TEX®“, „PETA-Approved Vegan“ und „Global Organic Textile Standard“ zertifiziert und wurden von der Fair Wear Foundation ausgezeichnet. ©



Leichtathlet
Mika Sosna



jetzt
shoppen



besucht uns:

stiftung-leistungssport.shop



TORBEN JOH

Der bodenständige Medaillenhamster

Dreifacher Weltmeister und dreifacher Europameister im Ruder-Achter. Torben Johannesen ist 26 Jahre alt und kann schon jetzt diese Erfolge verzeichnen, seit 2016 sitzt er im deutschen Achter. Bodenständig ist Johannesen immer geblieben, die Titel haben ihn bisher nicht abheben lassen. Olympia-Gold in Tokio, das ist das nächste Ziel für den Ruderer. Doch auch den Weg nach der Leistungssport-Karriere hat Johannesen schon fest im Blick.

Zum Rudern kam Johannesen durch unterschiedliche Beweggründe. Zum einen gab es von seinem Heimatverein, dem Ruder-Club Bergedorf, eine Sommerferienaktion, die ihn schnell im Ruderboot sitzen ließ. „In Bergedorf stand die Kinderabteilung im Vordergrund, mit 30 weiteren Gleichaltrigen hat das Rudern viel Spaß gemacht“, erzählt Johannesen. Doch das Rudern bekam der 26-Jährige auch durch seinen großen Bruder Eric in die Wiege gelegt. Eric Johannesen saß von 2011 bis 2016 im Deutschland-Achter, holte unter anderem Olympia-Gold 2012 in London. „Ich habe damals schon fasziniert bei Erics Wettbewerben zugeschaut“, gibt Torben zu. Ob der Bruder ein Vorbild gewesen ist? „Vorbild finde ich in dem Sinne

schwierig, weil ich das Rudern zunächst aus Spaß heraus betrieben habe.“ Zusammen im Achter saßen die Brüder nie, auch wenn „das schon ein Traum von uns gewesen ist“, wie Johannesen erklärt.

Im über viele Jahre erfolgreichen Deutschland-Achter sitzt Torben Johannesen nun seit 2016. Ein großer Sprung, wie der gebürtige Hamburger erzählt: „Es war ein unglaubliches Gefühl und eine riesige Ehre für mich.“ Seine Leistungen wurden auch in seiner Heimatstadt anerkannt. Johannesen wurde in den Jahren 2017, 2018 und 2019 zum Hamburger Sportler des Jahres ausgezeichnet. „Ich habe mal nachgeguckt, wer diese Auszeichnung schon alles gewonnen hat. Von Moritz Fürste bis Pascal Hens, das sind alles große Namen“, erklärt Johannesen und fügt an: „Es ist natürlich schön zu sehen, dass die Hamburger meine Leistungen so anerkennen. Da bin ich sehr stolz drauf.“ Unterstützung bekommt der Hamburger auch durch das TEAM HAMBURG der Stiftung Leistungssport. „Das Team ist mein ältester Unterstützer und seit Jahren unerlässlich für mich“, beschreibt Johannesen.

Die Ruder-Karriere von Johannesen ist zwar lange noch nicht vorüber, doch der



Seit 2016 ist Torben Johannesen ein Teil des Deutschland-Achter

26-Jährige schmiedet schon Pläne für den Weg nach der Sportler-Laufbahn: Johannesen ist Lehramtsstudent in Geographie. Zweite Fachrichtung ist wenig überraschend Sport. Verantwortlich für die Wahl des Studiengangs war sein Tutor an seiner alten Schule. „Mein Tutor hat mir gezeigt, dass man ein richtig guter Lehrer sein kann. Das will ich auch, als guter Lehrer irgendwann an Schüler Wissen vermitteln können“, meint der Ruderer. Bis dahin wird er weiter an Erfolgen im deutschen Achter arbeiten, keine schlechte Alternative zum zukünftigen Lehrer-Dasein. ☉

— Ole Labes



STEPHAN RIEMEKASTEN

EIN MULTITALENT IM RUDERBOOT

Yale-Absolvent, Medizinstudent, Sprachphänomen und begabter Pianist. Wenn man das hört, denkt niemand sofort an einen Leistungssportler. Doch diese Eigenschaften beschreiben Stephan Riemekasten treffend. Sein Ziel ist die Teilnahme an den Olympischen Spielen 2021 in Tokio. Er selbst empfindet die derzeitige Situation als eher schwierig. „Die aktuellen Umstände dämpfen irgendwo die Vorfreude. Dennoch ist der Ehrgeiz in uns allen da, dass wir Olympia-Medaillen holen wollen.“

Der gebürtige Berliner hat das Rudern im Alter von neun Jahren für sich entdeckt. In der Grundschule kam der ortsansässige Ruderclub mit Ruder-Ergometern in die Turnhalle und bot den Schülern danach ein Probetraining an.

Mit 14 Jahren entschied sich Riemekasten Rudern auf leistungsorientiertem Niveau fortzusetzen. Vier Jahre später wurde er U-19 Weltmeister im Einer. Doch schon vor der Weltmeisterschaft schmiedete er Pläne, ein Sportstipendium an einer amerikanischen Universität zu absolvieren. „Viele von meinen Freunden waren während der Schulzeit im Ausland und fanden das toll. Und ich war durch den Leistungssport in Deutschland gefangen.“ Durch seine guten Schulnoten und den Junioren-Weltmeistertitel bekam Riemekasten Angebote von diversen Universitäten, unter anderem auch von der Yale Universität. Nach vier Jahren Neuropsychologie-Studium bestand der Berliner sein amerikanisches Physikikum.

FAKTEN ZU STEPHAN

Sportart: Skullrudern

Geburtstag: 13.07.1993

Verein: Der Hamburger und Germania Ruder Club e.V

Nach dem Studium wollte Riemekasten zurück nach Deutschland, um hier seinen Traum von den Olympischen Spielen zu verwirklichen. Sein Medizinstudium setzt er momentan in Hamburg fort. Stephan Riemekasten ist außerdem Vater einer dreijährigen Tochter und eines einjährigen Sohns.

Dem Team Hamburg ist Stephan besonders dankbar. Nachdem er aus den USA zurück nach Deutschland kam, kannte er in Hamburg erst einmal niemanden. „Team Hamburg ist genial. Über die Stiftung habe ich coole Leistungssportler kennengelernt“, sagt der Skullruderer.

Ob Stephan Riemekasten im nächsten Jahr mit nach Tokio fährt, ist noch offen. Diese Entscheidung wird erst im nächsten Jahr getroffen. Dennoch will er nach den Olympischen Spielen für etwa ein Jahr seinen Fokus mehr auf sein Studium und seine Familie verlagern. „Da reden wir aber nur über eine Verschiebung von Prozenten“. Danach will er wieder voll angreifen, da er mit einem Auge schon auf Paris 2024 schielt. ☉

—Johannes Schmidt

Aus Neugier wird Erfolg

Ein Portrait über die deutsche Badminton-Hoffnung Thuc Nguyen

„Ich wollte mal wissen, wo er hingehht.“ So beschreibt Thuc Nguyen den Auslöser für ihre Karriere im Badminton. Aus Neugier begleitete sie ihren Vater zum Badminton. Spielte sie zunächst nur hobbymäßig, wurde das Landesleistungszentrum Hamburg schnell auf sie aufmerksam. Seit fünf Jahren trainiert sie dort und feierte im November 2020 ihren größten Erfolg, mit dem Gewinn der Europameisterschaft, in der U19-Alterklasse im gemischten Doppel. Dieser gelang ihr mit ihrem langjährigen Mixed-Partner und Klassenkamerad Mathias Kicklitz, der ebenfalls im Landesleistungszentrum trainiert.

In ihrer Lieblingsdisziplin, dem Einzel, war die 17-Jährige aufgrund von leichten Knieproblemen länger

nicht mehr aktiv, möchte aber dort bald wieder angreifen. Für sie hat das Einzel einen besonderen Reiz. „Wenn ich das Spiel verliere, verliere ICH es und wenn ich gewinne, gewinne ICH es. Ich mag es auf dem Feld zu stehen, mit dem Wissen, dass es jetzt nur auf mich ankommt.“

Die besagte Europameisterschaft fand trotz Covid-19 wie geplant statt. Natürlich wurde stark kontrolliert, um die Sicherheit aller zu gewährleisten. „Ich habe mich sehr sicher gefühlt.“ Daher wünscht sie sich, dass auch während der Pandemie Turniere stattfinden können. Im Sommer konnte die Schülerin der „Eliteschule des Sports“ am Alten Teichweg nicht in der Halle trainieren und musste sich zuhause fit halten. Das Training in der Halle ist „mit Einhaltung der Abstandsregeln wieder möglich“. Der Spielbetrieb beim Zweitligisten Horner TV, ihrem Heimverein, wurde frühzeitig eingestellt.

Während unseres Interviews trägt sie mehrere Haarbänder am Arm, die ihr helfen, sich auf das Spiel zu

fokussieren. Diese sollen sie auch auf ihrem weiteren Weg begleiten, der die Olympischen Spiele 2024 in Paris als nächstes großes Ziel hat. Um dieses Ziel zu erreichen, wird Thuc wohl nach ihrem Abitur an einen der beiden Nationalstützpunkte in Mülheim oder Saarbrücken wechseln und Hamburg verlassen müssen.

Ihre ruhige Ausstrahlung ist sowohl ihre Stärke, aber auch ihre größte Schwäche. So mag sie nach außen locker wirken, aber in ihren Schlägen wird ihre Nervosität trotzdem sichtbar. Daran will sie arbeiten, weiter lernen und sich „auf meine Stärken fokussieren“. Mit diesem Plan sollte den gesteckten Zielen nichts mehr im Wege stehen und wer weiß: Vielleicht berichten wir in vier Jahren vom sensationellen Abschneiden der deutschen Badminton-Hoffnung bei den Olympischen Spielen. ●

—Antonia Strieben





EIN NEUES NETZWERK FÜR MEDAILLEN- TRÄUME

Die Stiftung Leistungssport hat ein neues Netzwerk für die Hamburger Wirtschaft ins Leben gerufen. Im TEAM HAMBURG Business Club dreht sich alles um die Hamburger Spitzensportler*innen, deren Förderung bei der Stiftung Leistungssport an erster Stelle steht. Neben aktiven Athleten und Athletinnen und Alumni des TEAM HAMBURG richtet sich das Angebot vor allem an sportinteressierte Unternehmen aus Hamburg. Der TEAM HAMBURG Business Club ist der Ort, wo diese künftig zueinander finden können und hautnahen Kontakt zu den Sportler*innen entsteht. Dazu sind exklusive Events und Einladungen geplant.

Fest angedacht ist auch ein Jahrestreffen des Business Clubs, bei dem nicht nur die Netzwerke aus Sport und Wirtschaft verknüpft werden, sondern auch Athleten und Athletinnen aus dem TEAM HAMBURG Einblicke in ihren Trainingsalltag geben, ihre Erfahrungen bei internationalen Wettkämpfen teilen und ihre Rolle als Repräsentanten der Stadt Hamburg in ihrer jeweiligen Sportart beschreiben. Dass unsere Sportler nicht nur in ihren Disziplinen hervorstechen, sondern auch als Aushängeschilder Hamburgs glänzen, ist ein Ziel, das der TEAM HAMBURG Business Club fördern will. Denn von einem guten Image Hamburgs profitieren am Ende alle: Sport, Wirtschaft, Politik, sowie jeder einzelne Hamburger und jede Hamburgerin. Ob Sportler*in oder nicht.

Vizepräsident Niels Pirck, Direktor bei der Hamburger Sparkasse, ist stolz: Sein Unternehmen ist das erste im TEAM HAMBURG Business Club. Foto: Ulrich Perrey

Für wen ist der THH Business Club?

Der TEAM HAMBURG Business Club der Stiftung Leistungssport versteht sich als Netzwerk und Kontaktbörse über die sportliche Karriere der geförderten Athletinnen und Athleten hinaus und fördert den Kontakt seiner Mitglieder untereinander und zur Stiftung Leistungssport. Zugleich unterstützen die Mitglieder die TEAM HAMBURG Sportler und Sportlerinnen von heute und morgen in vielfältiger Weise.

Was wird im TEAM HAMBURG ermöglicht?

Der Fokus des TEAM HAMBURG Business Clubs liegt auf der Förderung der aktuellen und kommenden Sportler-Generationen und dem Wunsch, etwas „zurückzugeben“. Aber auch die Vernetzung seiner Mitglieder untereinander, die gemeinsame Teilnahme an Sport-/Stiftung Leistungssport-Events sowie eine zielgerichtete Verknüpfung von Sport und Wirtschaft bilden wesentliche Inhalte des Clubs.

Die Club-Mitglieder werden jedes Jahr zu ganz verschiedenen Events eingeladen – um sich persönlich zu treffen und auszutauschen, um gemeinsam attraktive Sport-Veranstaltungen zu verfolgen oder auch beim Jahrestreffen des Clubs.

Leistungen

- ✦ Aufbau und Pflege von Geschäftsbeziehungen mit Club-Mitgliedern inkl. Vernetzung
- ✦ Zugang zum Netzwerk des Clubs (Verbände, Organisationen, die mit der Stiftung kooperieren)
- ✦ Trainingseinheiten mit Athleten und Athletinnen: „Ich zeig dir wie es geht“
- ✦ Netzwerktreffen mit Athletentalk
- ✦ Zusendung des Stiftungsmagazins „Team 040“
- ✦ Sonderkondition: Golf-/Fußballturnier
- ✦ Sonderkondition zu Partnern des Clubs (Autohaus, Fitnessstudio)

Preise Mitgliedschaften

BUSINESS
1.000,- €
pro Jahr

ALUMNI
200,- €
pro Jahr

Wie Mitglied werden?

Werden Sie Mitglied im TEAM HAMBURG Business Club:
Registrieren Sie sich über die Webseite unter
www.stiftung-leistungssport.de/business-club



Auf dem Weg zur Profi-Tennis- spielerin

„Ich bin alleine für meine Leistung verantwortlich, entweder man gewinnt oder verliert, ein Unentschieden gibt es nicht“. Für Ella Seidel, der große Reiz am Tennissport. Nach anfänglichen Ausflügen in den Hockeysport war früh klar, die Hamburgerin möchte Tennisprofi werden. Nun, mit gerade einmal 15 Jahren, kann sie schon einige Karrieretitel aufweisen. Die persönlich wichtigsten waren zum einen der Titel der Deutschen Meisterin U14 im Sommer 2019 und zum anderen im gleichen Jahr die Teilnahme an der EM mit ihrem Team.

In diesem Jahr jedoch, verlief durch Corona alles ein wenig anders. Die Anzahl an internationalen Turnieren wurde verringert, Vorbereitungsturniere abgesagt, durch strenge Auflagen auf den Tennisanlagen war oft auch ein vernünftiges Aufwärmen vor einem Match nicht möglich. Positiv bleibt die 15-Jährige trotzdem: „Ich bin froh, dass ich überhaupt trainieren und Turniere spielen kann.“ Zwischen den



Trainingseinheiten findet die junge Sportlerin aber auch Zeit, um sich mit Freunden zu treffen oder ihren weiteren Hobbys, dem Backen und Malen, nachzugehen. Mit dem Wechsel auf die Eliteschule Sport, der einen weiteren wichtigen Schritt auf dem langen Weg zum Tennisprofi markiert, sind gerade diese Ausgleiche sehr wichtig für sie geworden.

Auch die Unterstützung des TEAM HAMBURGS ist für Ella eine bedeutende Stütze. Neben der finanziellen Unterstützung ist es eine Ehre für die junge Tennisspielerin zu dem Kreis der besten Sportlerinnen Hamburgs zu gehören. Weiterführend hilft es ihr, sich mit vielen anderen Sportlern auszutauschen: „Wir sind eine große Gemeinschaft im TEAM HAMBURG.“

FAKTEN ZU ELLA

Sportart: Tennis
Geburtstag: 14.02.2005
Verein: Klipper THC e.V.

Als Tennisspielerin hat Ella ein großes Ziel in ihrer Karriere vor Augen: Den Einzug in die Top 10 der Welt und natürlich der Gewinn eines der vier Grand-Slam Turniere: „Mein Traum wäre es, die French-Open zu gewinnen, denn Sand ist mein Lieblingsbelag.“ Genau dies schaffte auch ihr Vorbild, die rumänische Profitennisspielerin Simona Halep. „Ich mag an ihr, ihren großen Kämpfergeist. Auch wenn das Spiel schon verloren scheint, kämpft sie sich immer wieder zurück“, stellt Ella bewundernd fest. Mit ihrem persönlichen Lieblingsschlag, dem Aufschlag, will Ella in naher Zukunft den Schritt in Richtung Junior Grand Slam wagen. Er ist nicht mehr weit entfernt. 🟡

— *Antonia Strieben*

**Der 1. Handelskammer Cup fand
im Februar 2020 im Börsensaal
der Handelskammer statt**

CORONA- KREATIV



2020 war alles andere als ein gewöhnliches Jahr. Trainingsverbote, Kontaktbeschränkungen, die Verschiebung der Olympischen und Paralympischen Spiele in Tokio – all das lastete schwer auf dem Sport und den Gemütern der Athletinnen, Athleten, Trainerinnen und Trainer. Trotz der schweren Monate haben wir unser Bestes gegeben, um unsere Förderungen der Verbände und unserer Sportlerinnen und Sportler aufrecht zu erhalten. Wir sind kreativ geworden, haben das Beste aus diesem schwierigen Jahr gemacht und viel erreicht.

Im Februar konnten wir das Jahr mit einer besonderen, spektakulären Premiere einläuten. Die Handelskammer Hamburg lud zu ihrem 1. Handelskammer Cup ein. 16 Teams spielten im Börsensaal auf Kleinfeldern Fußball für den guten Zweck – mit Freude und Begeisterung über diese ganz besondere Location.

Um alle Gremienmitglieder, Partner und Förderer der Stiftung Leistungssport Hamburg nicht nur auf den Sozialen Medien, sondern auch direkt zu informieren, haben wir in diesem Jahr unser Magazin „TEAM 040“ aufgelegt. Die erste Ausgabe erschien im Sommer dieses Jahres und stieß auf eine gute Resonanz. Umso erfreuter sind wir, wenn Ihnen auch diese Ausgabe unseres Magazins gefällt und Sie sich gut über die Arbeit der Stiftung informiert fühlen. Zudem haben wir unseren Stiftungs-Shop eröffnet und eine eigene Merchandise-Linie aufgebaut. Als neuestes Projekt geht der TEAM HAMBURG Business Club an den Start. Dieser bietet eine neue Möglichkeit für ehemalige Athletinnen und Athleten sowie für Unternehmen, das TEAM auf seinem weiteren Weg zu unterstützen.

Vor uns liegt ein Jahr mit Olympischen und Paralympischen Spielen in Tokio, in dem wir einen ganz besonderen Wert darauf legen, die Förderung des TEAM HAMBURG abzusichern,

damit unsere Athletinnen und Athleten weiter unbeschwert auf ihre Erfolge hinarbeiten können. Sie, liebe Leserinnen und Leser, können ein Teil dieser Erfolgsgeschichte werden. Über die neue Homepage der Stiftung Leistungssport haben sie die Möglichkeit, zum Spender und Förderer der Stiftung und seines Vorzeigeprojekts TEAM HAMBURG zu werden.

Abschließend bedanken wir uns bei allen Partnern der Stiftung herzlich. Ohne das ehrenamtliche und finanzielle Engagement für unsere Stiftung wäre die Förderung der Hamburger Athletinnen und Athleten, die Kreation eines eigenen Magazins oder eine eigene Merchandise-Linie, vor allem in der Pandemie, nicht möglich gewesen. Vielen Dank!

Wir wünschen Ihnen eine schöne Advents- und Weihnachtszeit. Bleiben Sie gesund!

Ihre Stiftung Leistungssport Hamburg

**Ermöglichen Sie
Medaillenträume!**

Spendenkonto:

Stiftung Leistungssport Hamburg
Hamburger Sparkasse

IBAN: DE59 2005 0550 1001 3093 09



» Wir sind stolze Team Hamburg Förderer



Für erfolgreiche Spiele unserer Hamburger Athleten

Wir sind stolz, Förderer des TEAM HAMBURG und seiner vielen Athleten für die Olympischen Spiele und die Paralympics zu sein. Wir freuen uns auf spannende Wettbewerbe und ein buntes und friedliches Miteinander. Fast 30 Jahre sind wir in Hamburg und engagieren uns seitdem aktiv für unsere Stadt.



AKTIV SEIN

IN HAMBURG

**Nicht was Du tust ist wichtig, sondern
dass Du etwas tust. Wir bewegen Hamburg.
Gemeinsam sind wir ACTIVE CITY.**

#HamburgActiveCity



Alle Infos:
www.hamburg.de/active-city
[@hamburg.active.city](https://twitter.com/hamburg.active.city)
[@HH_Active_City](https://twitter.com/HH_Active_City)

