

„Es wird ein entscheidendes Jahr“

Skispringen Finn Braun (19) vom SV Baiersbronn träumt von der großen Profikarriere. Doch der Erfolgsdruck ist riesengroß. Mit Entspannungsübungen versucht das Talent in Balance zu bleiben. *Von Sascha Eggebrecht*

Als Finn Braun im vergangenen Jahr souverän den Deutschlandpokal gewonnen hatte, hielt sich seine Freude stark in Grenzen. „In meinem Alter ist ein Erfolg beim Deutschlandpokal nicht das angestrebte Ziel“, sagt er selbstkritisch. Das Talent war vor allem enttäuscht, weil er die Junioren-Weltmeisterschaft 2021 verpasst hatte. Dies soll nun kein zweites Mal passieren. „Ich will Ende Februar auf jeden Fall im polnischen Zakopane dabei sein“, sagt Braun selbstbewusst.

Seinen Optimismus schöpft der bald 20-Jährige, der morgen Geburtstag hat, aus seinen vergangenen Trainingseindrücken. Vor dem Jahreswechsel versammelte sich sein C-Kader und auch einige ältere Springer, die in keinem Förderkader sind, zu einem internen Wettkampf in Garmisch. „Dort haben wir zwei Tage intensiv trainiert und mussten dann wegen der Vierschanzentournee nach Seefeld in Österreich weiterfahren“, sagt Braun, der mit seinen Leistungen sehr zufrieden war. „Endlich habe ich meine Aufregung im Griff gehabt“, sagt der 19-Jährige erleichtert. Denn zuvor hatte der Baiersbronner mit einem Problem zu kämpfen gehabt: Die Trainingsleistungen waren meist viel besser als die Wettkampfleistungen.

„Der Erfolgsdruck ist schon riesengroß. Wenn die Leistung nicht stimmt, dann bin ich ganz schnell weg vom Fenster“, betont er. Finn Braun hat es selbst mitgekriegt, wie schnell eine angehende Karriere beendet sein kann. Sein Freund und langjähriger Teamkollege Tim Hettich von der ST Schonach-Rohrhardsberg, mit dem er eigentlich nach seinem bestandenen Abitur in eine WG in Furtwangen zie-



Finn Braun



Finn Braun will sich für die Junioren-Weltmeisterschaft im polnischen Zakopane Ende Februar qualifizieren.

Privatbilder

hen wollte, hat den Sprung in den C-Kader nicht geschafft. „Tim hat nun mit dem Sport ganz aufgehört“, teilt Braun mit.

Damit ihm nicht ein ähnliches sportliches Schicksal ereilt, arbeitet Finn Braun nun sehr viel im mentalen Bereich. Da kommt es ihm sehr gelegen, dass sich die Frau seines Trainers Andreas Günter auf dem Gebiet fortgebildet hat. „Hanna Klein hat mir Entspannungsübungen gegeben, die ich immer abends vor dem Schlafengehen mache“, sagt Braun. Mit den Übungen soll er seine Gedanken sammeln und vor allem runterkommen. Dies scheint zu klappen.

Somit stehen auch die Chancen gut, die nächsten Ziele zu erreichen. Neben der Junioren-WM will der ehrgeizige Sportler vor allem den Sprung in den B-

Kader schaffen. „Mit 22 oder 23 Jahren sollte ich dann langsam ganz oben in der Spitze anknöpfen“, sagt Finn Braun, der weiß, dass die Luft in der Weltspitze dünn wird. Stimmen dann nämlich die Leistungen nicht, beginnt der Teufelskreis. „Ich bin nach meinem Abitur zur Bundeswehr gegangen. Ich bin in Todtnau als Leistungssportler angestellt. Wenn ich mich nicht weiter entwickle, dann fliege ich aus der Behörde raus und dann würden meine Geldprobleme anfangen“, sagt Braun, der deshalb davon spricht, „dass ein entscheidendes Jahr für mich ansteht“.

Mit guten Leistungen im Alpencup und im FIS-Cup will sich Braun nun aber erstmal für die Junioren-WM qualifizieren. „Dieses Mal sollte ich dabei sein, wenn ich meine Form weiter so

halte“, sagt er. Für dieses Ziel arbeitet er sehr akribisch. Auch sein Gewicht überprüft er jeden Tag mit dem Gang auf die Waage.

„Mit 22 oder 23 Jahren sollte ich dann langsam ganz oben in der Spitze anknöpfen.“

Finn Braun

Bei einer Körpergröße von 1,80 Metern bringt er 62,5 Kilogramm auf das Gerät. „Mit einem Ernährungsberater weiß ich nun ganz genau, was ich essen darf und was nicht. Überraschend ist dann die Kilokalorien-Anzahl, die er zu sich nimmt. Finn Braun erklärt: „1500 Kilokalorien darf

ich in der Abnehmphase zu mir nehmen, ansonsten 2000.“

Nicht viel, wenn man bedenkt, dass er durch sein hartes Training ja auch noch sehr viele Kalorien verbrennt. Doch Braun weiß, jedes Gramm zu viel kostet Meter auf der Schanze. Also heißt das oberste Gebot: Disziplin. Und sollte seine Entwicklung weiter stetig nach oben gehen, dann kann Finn Braun vielleicht schon bald gegen sein Idol auf der Schanze antreten. Es ist kein geringerer als der frisch gekürte Vierschanzentournee-Sieger Ryoyu Kobayashi aus Japan. „Er ist skisprungtechnisch schon ein großes Vorbild für mich“, betont Finn Braun.

Doch das ist alles noch Zukunftsmusik, die Gegenwart sieht noch anders aus – Stichwort FIS- und Alpencup.

Tischtennis Punktspielrunde bleibt unterbrochen

Horb. Das TTBW-Präsidium hat angesichts der anhaltenden Corona-Situation in seiner Sitzung einstimmig entschieden: Die Punktspielrunde in den Verbands- und Bezirksspielklassen wird erneut unterbrochen. Alle bis zum 31. Januar 2022 angesetzten Spiele werden abgesetzt. Dies betrifft die kommenden drei Spieltage bis zum 29./30. Januar. Die betreffenden Spiele sind vorerst nicht neu zu terminieren. Am 31. Januar trifft das Präsidium eine erneute Entscheidung über die Fortsetzung der Punktspielrunde.

Begründungen: Die neue Corona-Landesverordnung Baden-Württemberg vom 11. Januar schreibt für Sport in Hallen-Innenräumen die 2G plus-Regel als Voraussetzung vor. Dies stellt eine erhebliche Erschwernis für die Vereine und Spieler gegenüber der Zeit bis zum 27. Dezember (lediglich 2G-Regel) dar. Der TTBW will sich die Option offenhalten, die Punktspielrunde fortzusetzen. Damit wäre sichergestellt, dass eine Wertung mit Abschlusstabelle (dann per Einfach-Runde) vorgenommen werden kann. *Tag*

Frank Eberle gibt sein Traineramt ab

Fußball-Landesliga Marc Mutschler wird nach der Saison sein Nachfolger beim FC Rottenburg.

Rottenburg. Schon vor ein paar Monaten stand bei Frank Eberle der Entschluss fest, nach der Saison als Trainer des Landesligisten FC Rottenburg aufzuhören. Am Samstag verkündete er es offiziell der Mannschaft. Im April 2017 hatte Eberle den TSV Hirschau verlassen und war beim FCR als Trainer eingestiegen – zum zweiten Mal, nachdem er schon von 2004 bis 2006 die Rottenburger als Spielertrainer gecoacht hatte.

„Die Corona-Pause hat mir gezeigt, dass es auch ohne Fußball geht.“

Frank Eberle
Trainer des FC Rottenburg

Nach 24 Jahren will Eberle im Sommer als Trainer aufhören, „wenn es noch Spaß macht“, sagt er. Den habe er aktuell mit der Mannschaft, die in der nach 19 Spielen unterbrochenen Landesliga-Saison auf Tabellenplatz 14 (von 20 Teams) steht, der aktuell den

Abstiegs-Relegationsplatz bedeuten würde. 2019 war Eberle mit den Rottenburgern Bezirksliga-Meister geworden, nachdem sie 2017 abgestiegen waren. „Mein Leben lang hat sich alles um den Fußball gedreht“, sagt Eberle, „aber die Corona-Pause hat mir gezeigt, dass es auch ohne geht und es andere schöne Sachen gibt. Das hätte ich früher auch nicht gedacht.“

Seine erste (Spieler-)Trainerstation war für den heute 48-Jährigen der damalige Zollern-Kreisligist SV Hart, zu dem Eberle von seinem Heimatverein SV Hemmendorf als 24-Jähriger gewechselt war. Später trainierte Eberle unter anderem den TSV Gomaringen, mit dem er A-Liga-Meister wurde, den ASV Pfäffingen, SV Weiler und die D-Jugend des SSV Reutlingen.

Die FCR-Verantwortlichen stellten dem Team sogleich Eberles Nachfolger vor: der 31-jährige Marc Mutschler, der bisherige Trainer der 2. Mannschaft des FCR, die in der Kreisliga B7 Tabellenzweiter ist. „Wir hatten drei Kandidaten“, sagt Vorsitzender Frank Kiefer, „am Ende habe ich mich für Marc Mutschler entschieden, der sich

bei der U23 und schon als Jugendtrainer bei uns bewährt hat, ihm traue ich das zu.“ Bernd Kopp bleibt Co-Spielertrainer. „Frank hat einen tollen Job gemacht“, sagt Kiefer, „was Marc an Erfahrung fehlt, bringt dann Bernd ein.“ Kiefer ist derzeit beim FCR nicht nur als Vorsitzender gefordert; nachdem Holger Liedtke als Spielleiter aufgehört hat, übernahm Kiefer auch dessen Job vorübergehend. Zudem ist er noch Trainer der FCR-B-Jugend in der Verbandsstaffel.

Auch A-Jugend- und Frauen-Trainer hören auf

Für den aus der zweiten Mannschaft (Kreisliga B) in die erste aufgerückten Marc Mutschler ist der FC Rottenburg aktuell noch auf Nachfolgesuche. Kandidaten sind nach Aussage des Vorsitzenden und Interims-Spielleiter Frank Kiefer auch Timo Gans und David Scheu: Die beiden trainieren die

in der Verbandsstaffel spielende A-Jugend des FCR, hören nach der Saison aber auf. „Wir überlegen, ob sie unsere U23 übernehmen“, sagt Kiefer, „aber es gibt da einige Kandidaten.“ Einen Nachfolger für Gans und Scheu in der A-Jugend hatte Kiefer schon gefunden – „aber kurz darauf hat er mir aus beruflichen Gründen leider abgesagt. Deshalb suchen wir da dringend einen guten Trainer.“ Auch für das Frauenteam ist der FCR auf Trainersuche: Andreas Berghof hört wie angekündigt nach der Saison auf, nachdem er mit dem Team in die Landesliga aufgestiegen ist und den Bezirkspokal gewonnen hatte.

Tennis

MÄNNER 50 STAFFELIGA GR. 37

TC Tübingen – SPG Baiersbr./Klosterreich.	6:0	1:0
1. TC Tübingen	1	6:0
2. TA TSV Öschingen	1	5:1
3. TA TSV Frommern	2	5:7
4. SPG Baiersbr./Klosterb.	2	5:7
5. TC Horb	2	3:9

Zwei Teams mit einem Rundenrekord

Luftgewehr-Kreisliga Die Mannschaften der Stunde waren in der jüngsten Wettkampfrunde die SG Isenburg-Betra und der SV Grünmettstetten IV.

Horb. Beiden gelang am gleichen Wettkampftag mit 1485 Ringen gemeinsam ein neuer Rundenrekord. Jenen von 1482 Ringen stellte die SG Isenburg-Betra zum Rundenauftakt auf. Nach einem vorübergehenden Tief stellte die SG in der dritten Wettkampfrunde dann den eigenen Rekord ein, um in dieser Runde noch einen darauf zu setzen. Dies bedeutet zugleich eine weitere Festigung des Vorsprungs gegenüber dem Verfolger SSV Eutingen III um drei Ringe auf nunmehr 28 Treffer. Eutingen selbst vergrößerte seinen Vorsprung gegenüber dem Tabellendritten SV Dornhan auf 124 Ringe.

Damit dürfte Eutingen nicht mehr einzuholen sein. Und die SG Isenburg-Betra wohl eher auch nicht, wenn man zwischendurch nicht wieder einmal massiv abstürzt. Ähnlich gesichert und dominant wie das Team sind bei den Einzelschützen Philipp Berendt als Tabellenführer und Dominik Dettling als Vize dahinter. Beide kommen von der SG Isenburg-Betra und haben einen Vorsprung von 26 Ringen und mehr.

Begegnungen des vierten Wettkampfes: Eutingen III – Nordstetten IV 1482:1416; Dettensee II – Dornhan I 1427:1425; SV Dornhan II – SV Grünmettstetten IV 1404:1485; SV Hochdorf II – SG Isenburg-Betra 1416:1485.

Mannschaftswertung nach dem vierten Wettkampf: 1. SG Isenburg-Betra, 5916 Ringe; 2. SSV Eutingen III, 5888; 3. SV Dornhan I, 5764; 4. SV Grünmettstetten IV, 5740; 5. SSV Nordstetten IV, 5693; 6. SV Dettensee II, 5680; 7. SV Hochdorf II, 5664; 8. SV Dornhan II, 5605.

Einzelwertung nach dem vierten Wettkampf: 1. Philipp Behrendt, SG Isenburg-Betra, 1526; 2. Dominik Dettling, SG Isenburg-Betra, 1518; 3. Jan Pfeffer, SSV Eutingen III, 1488; 4. Dieter Powill, SV Hochdorf II, 1482; 5. Alina Stark, SSV Eutingen III, 1478; 6. Christian Kreuzberger, SSV Eutingen III, 1478; 7. Eddy Di Palma, SV Dornhan II, 1476; 8. Martina Blocher-Bühler, SV Dornhan I, 1476; 9. Brigitte Hübl, SSV Dettensee II, 1475; 10. Maurice Lehmann, SSV Nordstetten IV, 1459. *lpe*

Fußball-Landesliga

Nachholspiel terminiert

Horb. Zwischenzeitlich hat Staffelleiter Rainer Winkler die beiden von Verbandsseite im Dezember anberaumten ersten Rückrundenspieltage neu terminiert. Die Spiele werden jeweils am Mittwochabend, 16. und 23. März, gespielt. Sämtliche Begegnungen sind mit Spielbeginn um 19.30 Uhr angesetzt. Hier die Nachholspiele der SG Empfingen und des SV Wittendorf auf einen Blick:

Mittwoch, 16. März: FC Rottenburg – SV Wittendorf SV Nehren – SG Empfingen

Mittwoch, 23. März: SG Empfingen – SC 04 Tuttlingen SV Wittendorf – VfL Mühlheim