



Bundestrainer Claudiu Pusa (l.), Psychologe Rolf Frester (r.) und Physiotherapeut Joan Fombuena (Mitte) freuen sich in Slowenien mit dem deutschen Team. Foto: Annett Böhm

Starkes Team hinter dem Team

Die Väter der Erfolge im deutschen Judo-Nachwuchs kommen aus Leipzig

Ein Titel und insgesamt fünf Medaillen – so stark waren die U21-Kämpferinnen bei den Junioren-Weltmeisterschaften im Judo noch nie. Fast das komplette Betreuersteam der DJB-Auswahl bei der JWM in Slowenien kam aus Leipzig – angeführt vom Bundestrainer Claudiu Pusa über den Psychologen Rolf Frester, den wissenschaftlichen Betreuer Frank Schiller bis zum Physiotherapeuten Joan Fombuena. Die erfolgreichsten Titelkämpfe für die deutschen Juniorinnen hatten aus sächsischer Sicht einen Haken: Kämpferinnen des in Leipzig ansässigen Bundesstützpunktes hatten die Qualifikation verpasst.

Als der damalige NRW-Landestrainer Claudiu Pusa 2009 gefragt wurde, ob er sich die Aufgabe des Bundestrainers zutrauen würde, ging für ihn ein Traum in Erfüllung. Dennoch zögerte der gebürtige Rumäne ein wenig. Nicht, weil sein Arbeitsort Leipzig sein sollte, sondern weil er Neuland betreten und erstmals junge

Frauen betreuen sollte. Der heute 46-Jährige sagte zu, zog nach Leipzig und erfüllte vier Jahre später bei der Junioren-WM in Slowenien die Mission Gold. Mit vier Einzelmedaillen sowie Bronze im Teamwettbewerb fuhr er den bislang größten Erfolge im weiblichen U21-Bereich ein.

2010 hörte Claudiu Pusa am Olympiastützpunkt Rolf Fresters Vortrag „Erfolgreich coachen – aber wie?“. Er war sofort angetan von dem erfahrenen Psychologen, der schon in den 80-er Jahren Skisprung-Legende Jens Weißflog betreute. Kurz darauf holte Pusa den Privatdozenten in sein Team. „Wir sind beide praxisorientiert, legen viel Wert auf die saubere Technikausführung. Für mich ist Claudiu einer der besten Trainer, der Technik wie kaum ein zweiter vermitteln und hervorragend motivieren kann“, sagt Frester, der dem deutlich jüngeren Coach beim Tischtennis die Grenzen aufzeigt.

Pusa setzt seinerseits auf Frester – zum Beispiel beim Beherrschen von Stresssituationen: „Jede kritische Wettkampfsi-

tuation beim internationalen Höhepunkt kommt nur einmal. Darauf müssen die Sportler vorbereitet sein.“ Und den nötigen Biss an den Tag legen gegen hochmotivierte Konkurrenz aus Nationen, in denen der Sport oft die größte Chance auf gesellschaftlichen Aufstieg bietet.

Vor zwei Jahren führte Claudiu Pusa mit Lisa Schneider von den Delitzscher Sportfüchsen in Südafrika auch eine hiesige Athletin zu JWM-Bronze. Edelmetall im Nachwuchs soll Sprungbrett für eine erfolgreiche Karriere sein – und ist auch nicht zwingend, um bei den Erwachsenen zuzuschlagen. Bestes Beispiel ist die diesjährige Vizeweltmeisterin Laura Vargas Koch, die es in ihrer Juniorenzeit (unter Bundestrainer Pusa) zu einem fünften Platz in Europa brachte. Doch selbst eine solche Platzierung muss man im europäischen und Weltmaßstab im Judo erst einmal holen. Claudiu Pusa wird gar nicht fertig, wenn er die schier endlose Liste an Top-Nationen aufzählt: Von den Westeuropäern mit Frankreich an der Spitze

über Osteuropa, Südamerika oder Asien mit Judo-Mutterland Japan.

Claudiu Pusa hofft, dass sich viele seiner Kämpferinnen 2016 oder 2020 den Traum von Olympia erfüllen. Dies blieb dem Bundestrainer trotz erfolgreicher Qualifikation vor 25 Jahren verwehrt. Noch heute schüttelt er den Kopf, dass Rumänien zwar als einziges Land des Ostblocks 1984 in Los Angeles am Start war, dafür aber die Spiele 1988 in Seoul boykottierte. In seiner Heimat gehörte er zu den erfolgreichsten Judoka – und kann wohl auch deshalb Techniken so gut vermitteln. Frester wünscht dem Coach, er möge von bürokratischen Aufgaben befreit werden, um seine Stärke auf der Matte noch mehr auszuspielen. Ganz nebenbei bemerkt der frühere rumänische Meister, dass er bei nationalen Titelkämpfen zwar in den 80-er Jahren gewann, jedoch auch sehr häufig im Finale verlor. Beide sind sich einig: Das wäre ihm nicht passiert, hätte er damals schon Rolf Frester gekannt. *Frank Schober*