

„Einen guten Wettkampf als Geburtstagsgeschenk“

Die 15-jährige Schülerin des Untertürkheimer Württemberg-Gymnasiums freut sich auf ihr Heimspiel und hofft noch auf Olympia in Rio

Stuttgart – Für die 15-jährige Tabea Alt, die in der Vorwoche erstmals an einem Weltcup teilgenommen hat, bedeutet der EnBW DTB-Pokal in Stuttgart ein Heimspiel. Die gebürtige Ludwigsburgerin hofft noch auf die Qualifikation für die Olympischen Spiele in Rio und möchte dem Publikum in der Landeshauptstadt „eine schöne Übung, ohne Fehler präsentieren“, sagt sie im Gespräch.

Tabea, deine Trainerin Marie-Luise Probst-Hindermann sagt über dich, du hast das Zeug zur Spitzenathletin, da du mitdenkst, dich einbringst und deine Fehler korrigierst. Wie kritisch gehst du selber mit dir ins Gericht?

Tabea Alt: Sehr kritisch. Vor allem wenn ich mich verturne, bin ich unzufrieden. Vor einem Wettkampf sollte das nicht passieren, sonst geht man mit gemischten Gefühlen in diesen und das Selbstvertrauen leidet. Passieren mir während des Trainings Fehler, dann spreche ich an, was bei meinen Übungen falsch gelaufen ist. Wobei sich meine Eindrücke mit denen meiner Trainerin meist decken.

Seit fast acht Jahren arbeiten du und deine Trainerin zusammen. Kann man von blindem Verständnis sprechen?

Alt: Auf jeden Fall. Ich verbringe mehr Zeit mit ihr als mit jemand anderem. Immerhin trainiere ich sechs Mal die Woche im Kunst-Turn-Forum und absolviere dabei insgesamt zehn Einheiten. Sie weiß, wie ich ticke, kennt auch meinen Körper und meine Belastbarkeit ganz genau.

Großartig Zeit zum Nachdenken gibt es im Augenblick nicht. Ein Highlight jagt das andere. Vor einer Woche hast du in den USA erstmals an einem Weltcup teilgenommen. Wie war's?

Alt: Es war richtig, richtig cool. Eine gigantisch große Halle mit

12 000 Zuschauern, die jeden Teilnehmer, egal welche Leistung er abgeliefert hat, frenetisch und begeistert angefeuert haben. Für mich war es ein Test, wie ich mental auf solch einen großen Wettkampf mit solch einer Atmosphäre reagiere. Ich hatte keine Probleme. Außerdem war ich zufrieden, dass zwei neue schwierige Elemente auf Abhieb sehr gut geklappt haben. Platz sieben hat dann auch gepasst.

Nun steht das nächste Großereignis vor der Tür – das Heimspiel DTB-Pokal. Nervöser als sonst?

Alt: Ich freue mich riesig auf Stuttgart, bin aber nicht nervös. Ich bin mal gespannt, wie viele Verwandte und Freunde in der Halle sein werden.

Was darf das Heimpublikum von dir erwarten?

Alt: Dass ich eine schöne, fehler-

freie Übung hinbekomme und wir mit dem Team das Finale am Sonntag erreichen.

Doch damit nicht genug. Im April findet in Rio de Janeiro der Qualifikationswettkampf für die Sommerspiele in Brasilien statt. Packt ihr das noch?

Alt: Ein klares Ja.

Was steckt hinter deiner Zuversicht?

Alt: Egal welche fünf Turnerinnen zur Quali antreten werden, sie wissen, dass sie im Dienste der Mannschaft antreten müssen. Das heißt, auf Sicherheit turnen und nicht volles Risiko gehen. Letzteres könnte nämlich ein gutes Gesamtergebnis und eben die Olympiateilnahme in Rio gefährden.

Und wenn es nichts wird mit dem Traum von Rio?

Alt: Dann habe ich wichtige Erfahrungen gesammelt, die ich für weitere Aufgaben nutzen kann. Zum Beispiel, um mich dann 2020 für Tokio zu qualifizieren.

Rio ist natürlich das Highlight der Saison, dem wird alles untergeordnet. Du bist Schülerin des Untertürkheimer Württemberg-Gymnasiums und besuchst die 10. Klasse. Wie gelingt der Spagat zwischen Leistungssport und Schule?

Alt: Der Sport hat in diesem Jahr absolut Vorfahrt. Ich besuche, sofern ich die Zeit dazu habe, die Hauptfächer, schreibe auch teilweise Arbeiten, die aber nicht zählen. Ich strecke die Schule. Das heißt, ich werde im nächsten Schuljahr die 10. Klasse noch einmal machen.

Manchmal hast du sicherlich die Schnauze voll von Schule und Sport.

Alt: Klar, diese Tage gibt es, an denen ich ausgepowert und kaputt bin. Das spreche ich dann offen an und meine Trainerin schraubt die Belastung im Training runter. So reguliert sich das wieder.

Wie entspannst du am besten?

Alt: Das beginnt sofort, wenn ich nach dem Training zu Hause angekommen und im Kreise meiner Familie bin. Ansonsten höre ich gerne Musik, da kann ich auch hervorragend abschalten.

Tabea, du hast während des DTB-Pokals Geburtstag. Was wünschst du dir persönlich zu deinem Ehrentag?

Alt: Einen guten, schönen Wettkampf mit einer guten Platzierung. Das wäre ein tolles Geburtstagsgeschenk.

Die Fragen stellte Torsten Streib



Elegant und ausdrucksstark: Die 15-jährige Tabea Alt aus Ludwigsburg freut sich riesig auf ihr Heimspiel in Stuttgart und will dem Publikum „eine schöne, fehlerfreie Übung bieten“, wie sie sagt. Foto: Qingwei Chen

UTZ 12.03.2016