

# Die Überfliegerin

Turnen Lokalmatadorin Tabea Alt gewinnt den DTB-Pokal – und will auch bei der EM für Furore sorgen. Von Marco Seliger



Am Ende gab Wolfgang Drexler den Chorleiter. Die Gewinnerin des Tages hatte Geburtstag, sie stand unmittelbar nach der Siegerehrung noch oben auf dem Podest, und so stimmte der Präsident des Schwäbischen Turnverbunds (STB) in der Porsche-Arena des Ständchens an. Im Überschwang sang Drexler das „Happy Birthday To You“ dann einfach durch, er gab das Mikrofon gar nicht mehr ab. Drexler traf längst nicht jeden Ton, aber er blühte auf in seiner neuen Sängerrolle.

Was irgendwie gut zu verstehen war. Denn in der Halle herrschte ein Überschwang, den irgendwie jeden Zuschauer packte. Die Emotionen mussten raus. Auch bei Wolfgang Drexler, dem Sängerknaben.

Die Siegerin Tabea Alt aus Ludwigsburg strahlte, als Drexler und das Publikum für sie intonierten – und sie machte damit das, was sie im Grunde schon den ganzen Nachmittag gemacht hatte: Locker sein, fröhlich sein, das Publikum mit ihrer Herzlichkeit mit auf eine Reise nehmen, die sie am Ende auf Platz eins beim DTB-Pokal führte. Die Lokalmatadorin Tabea Alt vom MTV Stuttgart hat ihr Heimspiel gewonnen. Vor 4700 Zuschauern. An ihrem 17. Geburtstag. Weltcupstiegerin im Mehrkampf, 11 200 Euro Preisgeld. Dazu Beifallsstürme und Jubelschreie, wie es sie beim DTB-Pokal schon länger nicht mehr gab. Pure Freude. Pure Emotionen. Mehr geht nicht.

Nach ihrem Erfolg war Tabea Alt weiter gefordert. Und absolvierte den Intervallmarathon so wie vorher ihre Übungen. Abgezockt und fokussiert. Oder, wie sie selbst

**„Ich freue mich riesig auf die Heim-WM in Stuttgart.“**

Tabea Alt blickt schon jetzt voller Freude voraus ins Jahr 2019.

internationaler Bühne gewann. Extrem konzentriert turnte Tabea Alt durch den Tag. Sie hatte den Tunnelblick. Und brachte dabei das Kunststück fertig, zwischen ihren Übungen trotzdem zu strahlen. Nicht aufgesetzt. Sondern echt.

Der Spagat aus Lockerheit und extremer Konzentration ist ihr Erfolgsgeheimnis. Und Ausdruck der Arbeit mit Mentalcoach Bruno Hamblüchen, dem Onkel von Topstar Fabian Hamblüchen. Früher verlangte Tabea Alt, die aufs Wittreberg-Gymnasium in Untertürkheim geht und im Kunstturnforum in Cannstatt trainiert, gerne mal zu viel von sich selbst und verkrampte. Am Samstag betonte sie, dass sie einfach ihre Übungen durchturnen wolle. Nicht mehr. Aber auch nicht weniger: Die 17-jährige Tabea Alt ist erwachsen geworden in den vergangenen Jahren. Eine atemberaubende Entwicklung. Sportlich. Und mental.

Dabei gilt die Bundesgymnastin schon vor ihrem Sieg in Stuttgart als große deutsche Nachwuchshoffnung. Die Erwartungen sind nun nicht gerade kleiner geworden – aber schon der Wettkampf beim DTB-Pokal zeigte, dass sowohl Tabea Alt selbst als auch die Verantwortlichen vernünftig mit ihnen umgehen können. Mitte April steigt im rumänischen Cluj-Napoca die EM. Tabea Alt ist dabei. Wenn sie ihre

Form vom DTB-Pokal dort auf die Matte bringt, hat sie Medaillechancen. Das weiß Tabea Alt, das wissen die Trainer, nur offen aussprechen will das niemand. Einfach turnen und schauen, was herauskommt, das ist die Devise. Ohne großen Druck. Ohne überhöhte Erwartungen.

Die Bundestrainerin Ulla Koch betont, dass ihr Schützling „voller Vorfreude“ zur EM fahren werde. „Wir sind da sehr gelassen.“ Auch die Trainerin muss den Spagat wagen: Sie fördert Leistung ein von ihrem Toptalent – will es aber gleichzeitig nicht zu sehr fördern. Also sagt sie: „Wir schauen einfach mal, was herauskommt.“ Später dann konkretisiert Ulla Koch dann doch noch die Zielsetzung. Eine Platzierung unter den besten sechs sei möglich. Auf Tabea Alts Paradegerät, dem Schwebebalken, am Barren und im Mehrkampf.

Wie Tabea Alt das meistern soll? „Sie paart Eleganz mit Athletik, sie kann schön turnen und gleichzeitig extrem fokussiert sein“, sagt Ulla Koch zu den Fähigkeiten der Ludwigsburgerin.

Die sind auch Marie-Luise Probst-Hindermann bestens bekannt. Seit zehn Jahren arbeitet die Heimtrainerin mit Tabea Alt zusammen. Nun, nach dem Coup beim DTB-Pokal, hob sie die Qualitäten ihres

Schützlings hervor. Freudestrahlend, versteht sich: „Mit Tabea kann man einfach arbeiten. Sie denkt mit, sie arbeitet mit, sie bringt sich ein, es ist nie ein Monolog im Training, immer ein Dialog.“

Der soll in den nächsten Jahren weitergeführt werden. Die WM 2019 in der Stuttgarter Schleyerhalle (4. bis 13. Oktober) steht an, die Olympischen Spiele 2020 in Tokio ebenso. Große Ziele sind das, und Tabea Alt will am Ball bleiben. „Ich freue mich riesig auf die Heim-WM“, sagte sie, „aber ich habe es gelernt, im jeweiligen Moment zu bleiben.“ Und der war am Samstag schon genug. Mit dem Heim Sieg zum Geburtstag.

Den Erfolg beim DTB-Pokal peilten am Sonntagabend auch die deutschen Turnerinnen im Teamwettbewerb an – doch daraus wurde nichts. Nach zwei Absätzen am Schwebebalken reichte es für die Riege um Kim Bui und Elisabeth Seitz vom MTV Stuttgart am Ende für den zweiten Platz hinter den siegreichen Russinnen.

**Multimedia-Reportage** Tabea Alt war mit 16 Jahren die jüngste deutsche Olympiateilnehmerin in Rio. Was bedeutet es, für den Spitzensport zu leben? <http://reportage2.stuttgarterzeitung.de/tabee-alt>