

**Quelle: stern Gesund leben**

© Gruner + Jahr AG & Co. KG

Sieg ist das Ziel

Das Alter mag ihre Beine bremsen, aber nicht die Willenskraft: In späteren Jahren entwickeln viele Sportbegeisterte verblüffenden Ehrgeiz

Stéphanie Souron

ALS DER BALL SCHON fast verloren ist, erwacht in Christiane Fuhrmann der Bullterrier. Es steht 4 : 4 im Tie-Break des zweiten Satzes, das Spiel auf Platz elf des Hamburger Tennisklubs THC Horn Hamm ist in der entscheidenden Phase.

Fuhrmann sieht, wie der Ball nach außen driftet. Sie beißt die Zähne zusammen und sprintet los. Gerade so eben schiebt sie ihren Schläger unter die Kugel und lupft sie unerreichbar für die Gegnerin übers Netz. Punkt! Zwei Aufschläge später hat sie das Match gewonnen.

"Ich habe in diesem Moment die Welt ausgeblendet und nur noch die Stimme in meinem Kopf gehört", sagt Fuhrmann später. Sie hört sie immer, wenn es knapp wird auf dem Tennisplatz.

"Du musst diesen Ball erreichen, egal, wie", sagt die Stimme dann. Und Fuhrmann gehorcht. Sie vergisst alles um sich herum und will unbedingt den Punkt gewinnen, koste es, was es wolle.

Die 48-Jährige ist eine Kämpferin.

Ihr genügt es nicht, im Fitnessstudio mit dem inneren Schweinehund zu ringen.

Es langweilt sie, über Feld, Wald und Wiesen zu joggen oder in einem Yogakurs ihre innere Mitte zu suchen. Fuhrmann will sich mit Gegnern messen.

"Ich brauche Herausforderungen und Erfolgserlebnisse im Sport", sagt sie.

"Und die kriege ich bei einem Tennismatch." So wie Fuhrmann denken viele. Ihre Mitstreiter trifft man auf den Fußballfeldern der Republik, in Badmintonvereinen und Volleyballklubs. Sie sind 40, 50, 60 Jahre alt, und sie eint das gleiche Ziel: Sie wollen gewinnen. Das Alter mag ihre Beine bremsen; ihren Willen hat es nur stärker gemacht. Ehrgeiz ist eben kein Privileg der Jugend, im Gegenteil:

Manche Frauen und Männer entwickeln gerade in späteren Jahren ungeahnte Ambitionen, obwohl sie den Zenit ihrer sportlichen Leistungsfähigkeit längst überschritten haben. Was treibt diese Menschen an?

Christiane Fuhrmann ist eine kleine Frau mit großer Energie, die sich viele Gedanken macht über die Leidenschaft des Tennisspiels. Ein paar Tage nach ihrem Sieg streckt sie auf der Terrasse des Tennisklubs die Beine aus und überlegt.

"Ich war vor dem Spiel unglaublich nervös, das Herz schlug mir bis zum Hals", sagt sie. Ansehen konnte man ihr das nicht: Auf dem Platz stand eine Frau, die wild entschlossen war, dieses Spiel für sich und ihr Team zu gewinnen.

Fuhrmann lacht, als sie das hört. "Mein Kampfgeist ist offenbar noch stärker als die Nervosität." Sie weiß nicht, wie sie diesen "Geist" erklären soll. "Bullterrier" habe mal ein Trainer zu ihr gesagt - das treffe es ganz gut. Sie sieht es als Kompliment:

"Für etwas zu kämpfen ist doch eine gute Eigenschaft." Im Alltag tut sie das auch. Als Projektleiterin im Marketing muss sie täglich aufs Neue ihre Ideen durchboxen.

"Meine Einstellung im Tennis hat mir dabei immer geholfen." Ihre Ziele versucht sie mit verschiedenen

**Quelle: stern Gesund leben**

© Gruner + Jahr AG & Co. KG

Strategien zu erreichen. Fuhrmann: "Man muss sich immer in Ruhe überlegen, was man wirklich will. Und dann handeln." Wie auf dem Tennisplatz: Wenn das Match in die entscheidende Phase geht, sucht die Spielerin Ruhe bei den roten Sandkörnern. Sie senkt dann den Kopf und schaut sekundenlang auf den Boden.

Wenn sie sich wieder aufrichtet, drückt sie die Schultern durch und geht ruhig zur Aufschlaglinie. "Meine Gegnerin soll sehen: Ich lasse mich nicht unterkriegen." Nicht mal durch Verletzungen.

Am rechten Ellbogen trägt Fuhrmann eine Bandage. Den Tennisarm schleppt sie schon fast ein Jahr mit sich herum. Vielleicht wäre es besser, wenn sie eine Zeit lang kein Tennis spielte und stattdessen Tai-Chi oder Pilates ausprobierte.

Doch Fuhrmann mag die Auseinandersetzung auf der roten Asche viel zu sehr, als dass sie sich von so einer Malaise den Spaß verderben lassen würde.

"Den Schmerz blende ich einfach aus", sagt sie.

Auch Sibylle Wollschläger hat Erfahrung mit dem Spiel unter Schmerzen. Vor ein paar Jahren konnte sich die 57-Jährige kaum mehr bewegen, eine arterielle Verschlusskrankheit lähmte ihre Beine. Nach der Diagnose musste sie ein paar Monate pausieren, aber schon in der darauffolgenden Saison stand sie wieder auf dem Platz. "Tennis ist mein Lebenselixier", sagt Wollschläger.

Sie konnte noch nicht wieder joggen, aber "Bälle schlagen, das ging".

Wollschläger spielt im gleichen Verein wie Fuhrmann, beide treten in der Zweiten Hamburger Klasse an. Wer den Frauen bei einem Punktspiel zuschaut, könnte denken, es gehe um den Wimbledonsieg.

"Ich will gewinnen, weil ich mir und meiner Mannschaft beweisen will, dass ich besser bin als die Frau auf der anderen Seite", sagt Wollschläger. "Dafür kann ich durchaus auch fies spielen." Dann scheucht sie ihre Gegnerinnen mit Stopps und Lobs so lange übers Feld, bis diese mit hochrotem Kopf hechelnd am Zaun hängen. Und wenn die Gegenseite einen Ball aus gibt, den Wollschläger noch im Feld gesehen hat, wird sie fuchsteufelswild:

"Dann könnte ich den Schläger bis auf die andere Seite werfen." Was sie natürlich nicht tut. Sie ist stellvertretende Leiterin eines Kindergartens. Und sie weiß, dass es nur ein Spiel ist.

Aber was für eins! Stundenlang können sich Tennisspieler damit beschäftigen - vor, während und nach dem Match. Selbst unter der Woche ist die Vereinsterrasse bis in die späten Abendstunden voll, bei einem Getränk bespricht man Technik und Taktik vergangener und kommender Begegnungen.

Auch Norbert Walter trifft man dort.

Der 48-jährige Schwimmmeister verbringt seine Freizeit im Sommer fast ausschließlich auf dem Tennisplatz. Selten spielt er weniger als drei Stunden am Tag, und immer kämpft er bis zum letzten Ball. "Sonst macht das ja keinen Spaß", sagt Walter. Abends sitzt er dann abgekämpft auf der Terrasse und genießt die Freude über ein gutes Spiel. Als er mal gegen einen deutlich jüngeren und besseren Gegner gewann, sei er noch Tage später "happy" gewesen. Walter hat erst als 26-Jähriger mit dem Tennisspielen begonnen. "Als Anfänger bedeutete ‚gut spielen‘ für mich, dass ich die Bälle richtig treffe", sagt er. Und heute?

"Dass ich bei jedem Ballwechsel mein Bestes gebe."

Bildunterschrift:

Christina Körte (fotos)



Quelle: stern Gesund leben

© Gruner + Jahr AG & Co. KG

Bullterrier am netz Norbert Walter, Christiane Fuhrmann (M.) und Sibylle Wollschläger eint beim Tennis das gleiche Ziel: Sie wollen gewinnen, und dafür kämpfen sie bis zum letzten Ball - "sonst macht es keinen Spaß"

wild entschlossen Die 48-jährige Christiane Fuhrmann sucht im Sport die Herausforderung: "Für etwas zu kämpfen ist doch eine gute Eigenschaft"

"Meine Gegnerin soll sehen: Ich lasse mich nicht unterkriegen"