

„Es macht einfach Bock“

In Niedersachsen gibt es neben dem Bundesstützpunkt für Rollstuhlbasketball auch den paralympischen Badminton-Bundesstützpunkt in Hannover. Im Jahr 2021 feierte die Sportart Parabadminton ihre paralympische Premiere, mit dabei waren drei Athleten aus der Trainingsgruppe von Jens Janisch. Der ambitionierte 51-Jährige leitet seit 2021 den Bundesstützpunkt. Im Interview mit Katja Abel schafft er Klarheit über die paralympischen Startklassen und Zielsetzungen sowie über die Notwendigkeit einer verbesserten Aufklärung.

Wir haben dich 2019 schon für das LSB Magazin interviewt, was hat sich seitdem für dich verändert?

Damals hatte ich eine halbe landesfinanzierte Stelle über den Behinderten-Sportverband Niedersachsen (BSN) am Trainingsstützpunkt in Laatzen und bin nun in Hannover als Bundesstützpunkttrainer am bundesweit einzigen Bundesstützpunkt für Parabadminton dem Bundesfachverband (DBV) unterstellt.



Jens Janisch.
Foto: LSB

Die Landestrainerstelle ist ausgeschrieben, aber noch vakant. Wenn es mir möglich ist, unterstütze ich bei der Sichtung und übernehme auch mal ein Training im Nachwuchsbereich. Die Verantwortung muss sich künftig aber auf mehrere Schultern verteilen.

Ursprünglich kommst du aus dem olympischen Badminton. Wie kamst du zum Parabadminton?

Ursprünglich habe ich Versicherungen verkauft, abends beim VfL Grasdorf trainiert und nebenbei Kindertraining gegeben. An ein berufliches Standbein im Sport war nicht zu denken, darum habe ich parallel Sport und Wirtschaft mit Lehramtsoption studiert. 2017 machte mich der Bundestrainer Michael Mai auf die Landestrainerstelle auf 450-Euro-Basis am Stützpunkt aufmerksam, aus der 2018 eine halbe Stelle wurde. Anfang der 2000er kamen zwei Rollstuhlfahrer zu uns in die Halle und suchten nach einer Trainingsgelegenheit. So bin ich mit dem Parasport in Berührung gekommen.

Wie viele Athletinnen und Athleten trainierst du täglich?

Das sind relativ kleine Gruppen, da jedoch die Stehenden nicht mit den Rollstuhlfahrern zusammen trainiert werden, ist das sehr zeitaufwändig. Vormittags ist generell immer ein Trainingsblock Fußgänger, anschließend trainieren die Rollstuhlfahrer und am Nachmittag erhält dann meistens im Wechsel einer der beiden nochmal eine Trainingszeit.

Was für ein Typ Trainer bist du, wie nimmst du deine Aktiven wahr?

Ich bin sehr ehrgeizig, vielleicht manchmal auch zu ehrgeizig. Auf jeden Fall bin ich immer mit Leidenschaft dabei und versuche das Maximum aus meinen Schützlingen herauszuholen. Gerade im Hinblick auf die Paralympischen Spiele werden wir alles versuchen, die Athletinnen und Athleten aus ihrer Komfortzone zu locken und die Grenzen weiter zu verschieben. Es sind alle auf einem guten Entwicklungsweg, aber noch nicht an ihrem Limit, d.h. da ist noch viel Luft nach oben. Das stimmt mich zuversichtlich für die Qualifikation.

Was motiviert/inspiriert dich in deiner täglichen Arbeit?

Erstmal macht es einfach „Bock“ mit diesen unterschiedlichen Menschentypen zusammen zu arbeiten und ich finde es total genial, dass Menschen mit körperlicher Einschränkung die Möglichkeit gegeben wird, Leistungssport zu machen. Es muss nicht immer ein Weltmeistertitel sein, sondern es macht einfach Spaß zu sehen, wie sie sich weiterentwickeln und Fortschritte machen.

Im Idealfall kommt beides zusammen, wie bei Thomas und Rick zur WM 2022...

Die Weltmeisterschaften im November in Tokio sind sehr gut für uns verlaufen.

Thomas Wandschneider und Rick Cornell Hellmann sind im Doppel angetreten und Weltmeister geworden. Nach den letzten Paralympischen Spielen ist das Doppel neu zusammengesetzt worden und mit seiner zusätzlichen Bronzemedaille im Einzel hat Rick eine tolle Entwicklung genommen. Die beiden sind außerdem vom Weltverband zum Sportler-Paar des Jahres gekürt worden. Zum ersten Mal hat eine deutsche Paarung so einen Titel bekommen. Das war außergewöhnlich.

Glückwunsch dazu! Das lässt hoffen in Bezug auf die Paralympischen Spiele im nächsten Jahr.

Von Februar 2023 bis April 2024 läuft der Qualifikationszeitraum, d.h. sechs Turniere kommen in die Wertung für die Spiele in Paris, insofern kam der Erfolg zum richtigen Zeitpunkt. Da es aber weltweit nur jeweils sechs Startplätze für die drei Disziplinen gibt, bleibt es eine anspruchsvolle Aufgabe und Herausforderung. Thomas und Rick haben gute Aussichten, um sich zu qualifizieren. Marcel Adam hat letztes Jahr in Kanada ein Einzelturnier gewonnen und das Mixed-Team Jan Niklas Pott und Katrin Seibert könnte es auch schaffen. Wer sich im Doppel oder Mixed qualifiziert, ist automatisch auch für das Einzel nominiert.

Und wenn in Paris alles optimal läuft...?

Parabadminton ist 2021 das erste Mal bei den Paralympischen Spielen dabei gewesen. Die Qualifikationen haben 2019 begonnen, damals noch mit einer halben Landestrainerstelle. Damit haben wir es geschafft, bundesweit sechs Parabadmintonathleten - darunter drei aus Niedersachsen - zu qualifizieren. Trotz alledem haben wir uns mehr erhofft und mit der ersten Medaille für den Badmintonverband geliebigt. Mittlerweile sind wir von den

Rahmenbedingungen gut aufgestellt und wollen uns in Paris 2024 besser präsentieren - im Idealfall eine Medaille holen.

Welche unterschiedlichen Startklassen existieren im Badminton im paralympischen Bereich?

Es gibt Rollstuhlfahrer, Fußgänger und Kleinwüchsige. Bei den beiden Rollstuhlklassen wird unterteilt in WH1; mit Einschränkungen in den Beinen und durch einen Querschnitt oft noch eine weitere Einschränkung im Oberkörper und jenen, die im Bereich der Beine eingeschränkt sind, jedoch nicht im Oberkörper (WH2). In der sogenannten stehenden Klasse spielen Personen, die entweder in den unteren Extremitäten im Bereich der Beine oder Füße eine Behinderung haben (SL3 oder SL4) oder in den oberen Extremitäten (SU5) Oberkörper inkl. der Hände oder Arme. Bei der SL4 ist z.B. eine gesamte Körperhälfte betroffen, oft in Kombination mit einer Spastik. Kleinwüchsig bedeutet eine Körperhöhe von unter 1.45m bei den Herren und 1,42m bei den Damen (SH6). Das sind die sechs Klassen.

Und nach welchen Regeln funktioniert die Zusammensetzung?

Im Doppel mischen sich die Rollstuhlklassen, wie bei Thomas Wandschneider (WH1) und Rick Cornell Hellmann (WH2), d.h. es gibt einen Stärkeren, was das Fahren und die Beweglichkeit angeht und einen stärker Eingeschränkten. Im Mixed können sich die Klassen auch mischen, indem bspw. die Klassen SU5 und SL3 zusammenspielen. Hier ist die Zahl 8 der Richtwert. Die Kleinwüchsigen und Stehenden haben Mixed und Einzel, aber kein Doppel. Bei den „Rollis“ gibt es nur Doppel und Einzel.

Wer sind die wichtigsten Partner und Unterstützer?

Ohne den BSN und DBS würde es Parabadminton überhaupt nicht geben, denn erst durch den Landesstützpunkt waren die Voraussetzungen für den Bundesstützpunkt geschaffen. Wir nutzen den LandesSportBund Niedersachsen mit seiner barrierefreien Infrastruktur sowie die OSP-Servicebereiche der Trainingswissenschaft, Laufbahnberatung, Ernährungsberatung und Sportpsychologie. OSP-Athletiktrainer Simon Kohne liefert wertvolle Impulse im Bereich Krafttraining und Ausdauer. In der



Das deutsche Team mit Jens Janisch (oben rechts) feiert den Erfolg von Thomas Wandschneider (untere Reihe links) und Rick Cornell (untere Reihe rechts) bei der Weltmeisterschaften 2022 in Tokio. Foto: privat.

Laufbahnberatung wird Katja Budde nimmer müde, kreative Lösungen in der Dualen Karriere im Parabereich zu finden. Das Team Niedersachsen, die Stiftung Deutsche Sporthilfe und Team BEB sowie die Stadt Hannover und das Land Niedersachsen sind wichtige Partner in der Sportförderung. Insgesamt kann man eine Lanze brechen für das Sportumfeld: Wir finden hier top Rahmenbedingungen vor, die es uns ermöglichen, erfolgreich zu sein.

Und für den Erfolg braucht es eine gute Nachwuchsarbeit. Wie generiert ihr euren Nachwuchs?

Das ist ausbaufähig und doch gibt es in Niedersachsen eine gute Vernetzung zu Partnern, wie bspw. die Kleinwuchsverbänden oder das BMAB-Camp vom Bundesverband für Menschen mit Arm- oder Beinamputation. Da sind wir auf einem guten Weg. Nach den Paralympics sind sogar einige Leute von sich aus auf uns zu gekommen mit dem Wunsch Badminton zu spielen. Wo wir unbedingt besser werden müssen, ist die Vernetzung zum olympischen Spielbetrieb, weil manche Athleten in den Vereinen nicht wissen, dass sie auch im paralympischen Badminton startberechtigt wären, weil sie z.B. eine Beinlängendifferenz oder verletzungsbedingte Einschränkungen in den Extremitäten haben.

Wissen sie es nicht oder hadern vielleicht auch einige mit dem „Label“ Behindertensport?

Auch das. Wir sind an Vereinsspieler mit Einschränkungen herangetreten, aber die wollten partout kein Parabadminton spielen. Viele können es auch nicht richtig einordnen und verstehen nicht, dass Parabadminton ganz „normaler“ Leistungssport ist, wo ich ebenso zweimal am Tag trainiere. Hier fehlt es an Aufklärung und Akzeptanz.

Wenn du einen Wunsch frei hättest?

Dann würde ich mir für den Standort hier einen Landestrainer wünschen, weil wir unsere tollen Möglichkeiten dann noch mehr ausschöpfen können. Ansonsten würde ich mir für die Sportart wünschen, dass wir bei den Paralympics in Paris 2024 eine Medaille gewinnen oder zumindest ein oder zwei Halbfinals erreichen und unser Sport dadurch mehr Aufmerksamkeit bekommt. Schließlich würde ich mir wünschen, dass zukünftig in jedem Badmintonverein in Deutschland auch für das leistungssportliche Parabadminton geworben wird. Es gibt mehr Menschen, die dafür infrage kämen, als man denkt und ich bin sicher, dass einige darunter auch ganz oben mitspielen könnten.

Text: Katja Abel