

Turner Andreas Toba:

„Lass dich nicht unter

Andreas Toba ist diszipliniert und zielstrebig – auch nach seinem Kreuzbandriss bei den Olympischen Spielen 2016 in Rio de Janeiro gibt der Turner nicht auf. Im Gegenteil: Für seine Ziele kämpft sich der Sportler zurück in die Trainingshallen.

? planet-beruf.de: Schon dein Vater war ein bekannter Turner. Wann hast du mit dem Turnen angefangen?

▶ Andreas Toba: Ich war mit meinem Papa in der Turnhalle, bevor ich laufen konnte (er lacht). Von daher hat sich das Turnen einfach ergeben. Mit fünf Jahren bin ich in eine Trainingsgruppe eingestiegen. Irgendwann wurde das Training immer intensiver, bis es dann wirklich Leistungssport geworden ist.

? planet-beruf.de: Du warst bereits als Jugendlicher sehr erfolgreich. Wie hast du Schule und Sport vereinbaren können?

▶ Andreas Toba: Ich habe meine Hausaufgaben und das Lernen zwischen Schule und Training gemacht. In den höheren Klassen musste ich auch abends lernen. Grundsätzlich ist es eine Frage der Disziplin. Wenn man diesen Weg gehen will, muss man seinen Tag strukturieren. Natürlich hatte ich auch Hilfe von den Trainern und ich war eine Zeit lang in einem Internat. Da wurde ich von den Pädagoginnen und Pädagogen unterstützt. Ich habe gelernt, dass man etwas schafft, wenn man es will.

? planet-beruf.de: Hast du als Leistungssportler überhaupt noch Freizeit?

▶ Andreas Toba: Ich habe schon immer darauf geachtet, dass der Kontakt zu meiner Familie und meinen Freunden bestehen bleibt. Das ist nicht immer leicht. Aber ich versuche stets, mir Zeit freizuschaukeln. Auch um nach dem Training einen freien Kopf zu bekommen. Auf Hobbys musste ich leider verzichten. Dafür hatte ich neben Schule und dem Sport tatsächlich keine Zeit.

? planet-beruf.de: Bei den Olympischen Spielen wurdest du neben deinen sportlichen Leistungen auch für deine Solidarität bekannt. Wie hast du dich trotz deiner Verletzung motiviert, weiterzumachen?

▶ Andreas Toba: Das Team kennt sich inzwischen sehr gut und weiß, welche Ziele jeder Einzelne hat. Wir hatten aber auch ein gemeinsames Ziel: Das

Mannschaftsfinale. Das stand über allen anderen Zielen. Auch wenn das vielleicht nur schwer zu verstehen ist, weil Turnen eigentlich eine Einzelsportart ist. Ich wollte diesen gemeinsamen Traum nicht platzen lassen. Deshalb habe ich weitergemacht. Es ist aber nicht nur mein Verdienst, dass wir ins Finale gekommen sind, sondern die Leistung der Mannschaft.

? planet-beruf.de: Wie hast du es nach deiner Operation geschafft, weiterzutrainieren?

▶ Andreas Toba: Ich hatte geplant, nach den Olympischen Spielen weiterzuturnen. Doch durch die Verletzung bin ich erst einmal in ein Loch gefallen. Mit 26 Jahren bin ich in einem Alter, in dem man als Leistungssportler auf den Höhepunkt zugeht. Aber ich habe mich nicht unterkriegen lassen. Ich habe mein persönliches Ziel, einmal in einem Einzelfinale zu stehen, noch nicht erreicht. Ich weiß, dass ich noch mehr kann, als ich bisher gezeigt habe. Ich hoffe, dass ich im Juni bei den deutschen Meisterschaften wieder meinen ersten Wettkampf bestreiten kann. Ob ich es schaffe, kann ich noch nicht sagen. Ich denke, ich bin auf einem guten Weg. Aber ich muss ruhig bleiben und mir nicht zu viel Druck machen.



kriegen!“



STARFRAGEBOGEN

Meine Lieblingsdisziplin ist ...

Ringe.

Wenn ich turne, fühle ich mich ...

frei.

Vom Sport erhole ich mich ...

in der Badewanne.

Medaillen bedeuten für mich ...

das Ergebnis harten Trainings.

planet-beruf.de: Für deinen Einsatz hast du den Publikums-Bambi und den Solidaritätspreis erhalten. Wie wichtig sind für dich die Auszeichnungen?

Andreas Toba: Es sind besondere Wertschätzungen. Und die sind in unserem Sport sehr schwer zu bekommen. Turnen ist nun mal eine Randsportart. Gerade solche Auszeichnungen helfen, sich weiter zu motivieren.

planet-beruf.de: Wie wichtig ist Teamgeist im Sport?

Andreas Toba: Der spielt eine große Rolle. Wie gesagt, wir Turner trainieren alleine. Und das ist nicht immer leicht. Da hilft es, sich gegenseitig auszutauschen und sich in bestimmten Situationen zu unterstützen. Ohne meine Mannschaft, den gesamten Turnkader und die Lehrgänge wäre ich bei den olympischen Spielen nicht so gut gewesen.

planet-beruf.de: Welche Zukunftspläne hast du?

Andreas Toba: Ich habe frühzeitig entdeckt, dass ich im Sport weitermachen will. Auch nach meiner aktiven Karriere. Ich habe letztes Jahr im Sommer den Bachelor in Sport gemacht. Und jetzt fange ich meinen Master an. Voraussichtlich werde ich als Trainer weitermachen, weil mir das Turnen viel gegeben hat und ich etwas zurückgeben will. ■



Andreas Toba hat nicht nur in den Wettkämpfen Preise gewonnen, sondern auch den Publikums-Bambi.

Mehr Infos ...

Viele weitere Interviews mit deinen Stars findest du auf www.planet-beruf.de » Fun & Lifestyle » Stars.