



Als Trainer-Trio im Einsatz für den Biathlon-Nachwuchs: Yannik Kabza (l.), Till Teubner (m.) und Kilian Seybold (r.) sind trotz ihres jungen Alters schon im Trainerjob angekommen. Eine Aufgabe, die den Ex-Biathleten einiges abverlangt, sie aber auch erfüllt. Foto: Volkmar Kanneke

## Junioren trainieren Junioren

**Biathlon** Gerade mal 20 und schon Nachwuchstrainer. Über die Herausforderung junge Athleten zu betreuen und die Zukunft des Sports auf der Alb. Von Lisa Metzger

Bei Temperaturen um die 32 Grad mag der Gedanke an Wintersport nicht unbedingt naheliegen. Was die wenigsten wissen: Um im Winter Höchstleistung zu bringen, trainieren die Athleten oft schon im Sommer – mitunter am härtesten, während andere gemütlich am See liegen. Entbehrungen, die die Sportler oft jahrelang hinnehmen. Nicht zuletzt träumt ein Jeder vom Sprung an die Spitze seiner Disziplin.

Für Till Teubner, Yannik Kabza und Kilian Seybold rückte diese Vorstellung über die Jahre immer weiter in die Ferne. Das vorzeitige Ende ihrer sportlichen Karriere schmerzt die Ex-Biathleten wenig – vielleicht auch, weil sie sich nicht gänzlich vom Biathlon verabschiedeten. Statt auf der Strecke sieht man sie am Rand, als Trainer der Junioren beim DAV Ulm. Und das, obwohl die drei selbst erst 19 und 20 Jahre alt sind. Fehlt ihnen als Trainer in diesem Alter nicht die Erfahrung?

„Erfahrung fehlt uns schon“, sagt Teubner. „Aber ich denke, das ist nicht sonderlich schlimm, weil wir eben recht lange Sportler waren. Dort auch viel gelernt haben.“ Vieles davon verwenden sie im Training, sagt der 20-Jährige, der eben erst mit der Schule fertig geworden ist. Was den Altersunterschied betrifft, so „glaube ich, ist es wichtig, wie man aufrtritt, wo man Grenzen zieht.“ Ein gutes Verhältnis zu Schützlingen sei relevant, ein strengeres Auftreten auch. Die anderen können da zustimmen.

„Im ersten Jahr ist es aber auch schwierig gewesen“, sagt Kabza,

der Respekt musste erst erarbeitet, die Rollen als Trainer erst gefunden werden. „Ich trainiere immer die gleichen Altersklassen, das heißt der Abstand wird immer größer.“ Inzwischen sei das kein Problem mehr. Die Gründe, die sie dazu brachten, ihre Sportler-Karriere aufzugeben, waren bei allen ähnlich. Mit 15, 16 Jahren

„Im Biathlon gibt es nicht wirklich eine zweite Liga.“

**Kilian Seybold**  
Trainer der Biathlon-Junioren

fiel bei den Dreien die Entscheidung.

„Ich bin nie ganz vorne mitgelaufen. Dann gab es bei mir auch andere Interessen, Freunde, andere Aktivitäten“, erzählt Teubner. „Die Leistung hat nicht wirklich für die Deutsche Spitze gereicht“, ergänzt Seybold. „Dazu kommt, dass es nicht wirklich eine zweite Liga im Biathlon gibt.“ Entweder man läuft oben mit oder nicht.

Wer weiter in Richtung Profi gehen möchte, kommt auch am Sport-Internat nicht vorbei. Ein Punkt, der für Kabza ausschlaggebend war: „Der Wechsel war zeitlich nicht optimal.“ Eine Förderung zu erhalten, wird dabei immer schwieriger. „Deswegen bin ich irgendwann ausgestiegen.“

Als sie gefragt wurden, ob sie die Junioren trainieren wollen, sagten sie alle zu, gingen drei Wochen in die Trainerausbildung. Doch die eigentliche Lehrzeit war für sie das Training selbst: Wie

man die Sportlerinnen auf Wettkämpfe vorbereitet, mental mit ihnen arbeitet, wenn diese eigentlich noch Kinder sind – Dinge, die erst mit der Zeit kamen. Inzwischen sind sie in ihrer zweiten Saison Trainer. Kabza und Teubner trainieren die 12- und 13-Jährigen, Seybold die etwas älteren Sportler. Situationen, die schwierig sind: „Defekte Waffen an Wettkämpfen. Das passiert dann doch erstaunlich oft“, sagt Seybold und sei jedesmal ein Albtraum. Wichtig, so Teubner, sei in solchen Situationen eine „gewisse Entspannung auszustrahlen“, die sich auf die Athleten überträgt. „Schießen ist viel Kopfsache“, sagt er. „Mit solchen Situationen cooler umzugehen“, übe man im Prinzip ständig.

Training ist immer abends. Zwei bis dreimal die Woche für die jüngeren Sportlerinnen, mit den 14- und 15-Jährigen trainiert Seybold sogar viermal die Woche. Dafür nehmen die Jugendlichen

### Ein Neubau für den Biathlon-Nachwuchs

Am Biathlonzentrum des DAV Ulm entsteht ein neues Gebäude. Ziel: Den Nachwuchs auf der schwäbischen Alb künftig noch besser zu fördern. Neben Büros, einem Schulungsraum und einer großen Halle für Krafttraining gibt es getrennte Umkleiden und Toiletten sowie eine eigene Küche. Finanziert wird der mit 1,9 Millionen Euro geplante Neubau von der Stadt Ulm, dem Landessportbund, Sponsoren und dem Verein selbst. Schlüsselübergabe ist im Oktober 2023.

oft weite Wege auf sich: „Durch das große Einzugsgebiet fahren sie teilweise 30 bis 40 Minuten“, sagt Kabza. Die Biathlonsparte des DAV Ulm ist in der Region einzigartig. Nachwuchsprobleme, wie sie bei den Biathleten noch vor Kurzem oft zu hören waren, haben sie nicht. Doch das spricht längst nicht für die gesamte Szene, betonen die Trainer.

**Biathlon geht auch ohne Schnee**  
„Von anderen Vereinen hört man, wie schwierig es ist, Trainer und Sportler zu finden“, sagt Teubner. Bei ihnen ist eher das Gegenteil der Fall: Insgesamt 23 Trainer mit Lizenz und 100 Athleten sind in Dornstadt tätig. „Aktuell haben wir sogar einen Aufnahmestopp“, sagt Seybold. Sorge um die Zukunft des Biathlons am heimischen Standort machen sich die jungen Männer nicht. Selbst, wenn der Schnee weniger wird.

„Wir sind eine Sportart, die zum Glück auch relativ gut ohne Schnee auskommt“, sagt Kabza. Als Biathlet kann man auf Rollen laufen. Das ginge im Ski Alpin nicht. „Ich sehe das auch, dass es da irgendwann drauf hinauslaufen wird“, sagt der 20-Jährige, der neben seiner Trainerertätigkeit Wirtschaftsmathematik an der Uni Ulm studiert. Mit zwölf Euro die Stunde wird ihre Tätigkeit vergütet. Fürs Geld mache es aber keiner. Eine Zukunft als Profi-Trainer? Beruflich darauf setzen wollen sie nicht. Seybold studiert Wirtschaftsingenieurwesen, Teubner liebäugelt mit dem Finanzsektor. In einer Sache sind sich aber alle einig: Biathlon ist und bleibt „der beste Sport“.