

DIE

Die Wasserspringer des Berliner TSC punkten regelmäßig bei internationalen Wettbewerben – vor allem dank einer intensiven Jugendarbeit

Text
Michael Pöppi

Bis zu 4000 Zuschauer kann die Schwimmhalle an der Landsberger Allee aufnehmen, wenn nationale oder internationale Wettbewerbe stattfinden. Legendär sind auch die Rekorde, die hier geschwommen worden sind: 2002 holte Franziska van Almsick hier bei den Europameisterschaften Weltrekord über 200 Meter Freistil und mit der Staffel im 4 x 100 Meter Freistil.

Doch in der Halle mit dem riesigen azurblauen Becken, mit 3390 Quadratmetern das größte Europas, wird nicht nur geschwommen. An den zehn Meter hohen Sprungtürmen und den Sprungbrettern überwinden die Wasserspringer des Berliner TSC e.V die Schwerkraft, wenn sie trainieren. Der engagierte Sportverein besteht seit 1963, hat über 4500 Mitglieder und bietet in 22 Abteilungen alles von Breitensport bis Leistungssport an – von Basketball bis zu Eiskunstlauf, von Inlineskating bis zum Wasserspringen.

Die Abteilung Wasserspringen ist mit nur rund 100 Mitglieder eine der kleinsten im Verein, darunter sind aber viele erfolgreiche Leistungssportler: 2021 gewannen Patrick Hausding und Lars Rüdiger in Tokio Bronze im 3-Meter-Synchronspringen am Brett, ebenso Lena Henschel bei den Damen im Einzel am Dreierbrett. Auch die vielfache Europameisterin im Synchronspringen vom 10-Meter-Turm, Nora Subschinski, ist Teil der TSC-Familie. Der Verein ist stolz auf seine Profis und deren Leistungen, die vor allem einer langjährigen intensiven Jugendarbeit zu verdanken sind.

„Turmspringen und Brettspringen, das sind unterschiedliche Disziplinen, auch im internationalen Wettkampfsport“, erklärt Abteilungsleiter Matti Büchner, der mit den jugendlichen Wasserspringern arbeitet. Maria Pohl kam bereits mit fünf Jahren zum TSC. „Mein großer Bruder war schon dabei, er hatte beim Schulsport einen Flyer übers Wasserspringen bekommen“, sagt die heute 17-Jährige. „Ich wollte auch unbedingt mitmachen.“ Die Talentsichtung in den Schulen ist ein wichtiger Teil der Arbeit von Matti Büchner und seinen Trainerkollegen vom Landes- und Bundesstützpunkt Wasserspringen, sie bieten regelmäßig offenes Probetraining für die Jüngsten an: „Die Ausbildung fängt in der ersten oder zweiten Klasse schon an. Es geht zu einen darum, dass die Kinder körperlich geeignet sind, aber auch, dass sie Spaß an der Bewegung haben.“

Die Kleinsten trainieren zweimal die Woche in Gruppen mit bis zu 20 anderen Kindern. Das Training fürs Wasserspringen sei extrem vielseitig, erklärt Matti Büchner, zu Beginn gehe es um das athletische Grundgerüst und die Akrobatik. Das Training beginnt klassisch auf Matten und Trampolins, aber auch Sprungtraining und Ballettübungen gehören dazu, bevor es auf die Sprungbretter geht. Der Sport

Nächster Event
in der Halle:
20. – 23. 10.

FINA Diving
Weltcup

SCHWER- KRAFT



ÜBER- WINDEN

fördere nicht nur das Körperbewusstsein, sagt Matti Büchner, sondern auch die Konzentrationsfähigkeit und das Selbstbewusstsein.

Ab der fünften Klasse ist dann ein Wechsel an das Nachwuchs- und Leistungszentrum möglich, wo die älteren Sportlerinnen und Sportler trainieren. So wie Maria Pohl, die am Schul- und Leistungszentrum (SLZB) die elfte Klasse besucht, das mit den Leistungszentren kooperiert. Sie sprang bereits erfolgreich bei vielen Meisterschaften mit, neben der Schule trainiert sie acht- bis neunmal pro Woche bis zu zweieinhalb Stunden, im Moment vor allem den schwierigsten Sprung: den dreieinhalbfachen Salto vom Dreier. Anstrengend? „Ja, manchmal schon, aber ich bin diese Routine gewöhnt“, sagt die junge Sportlerin: „Aber meistens macht mir die Mischung aus Schule und Sport ja Spaß.“ Ihr großes Ziel: Olympia 2024 in Paris.



**Nachwuchstalent:
die 17-jährige Wasser-
springerin Maria Pohl.
Abteilungsleiter und
Trainer beim TSC:
Matti Büchner**

**Mehr Infos zum Wasser-
springen und dem TSC**

**berlinertsc.de/wasserspringen,
Anmeldungen fürs Probe-trai-
ning (5 – 7 Jahre) unter
trainer@wasser-springen.berlin**