



Eintracht FRANKFURT

EINTRACHT FRANKFURT
INTERNATIONAL



UNTER DER LUPE:
RINGEN



FOTOS » 1_Der Ringernachwuchs der Eintracht startet bereits bei Turnieren 2_Die Ringer stellen sich bei der Saisoneroöffnung vor 3_Hier wird nach strengen Regeln gerauft

RINGEN RAUFEN NACH REGELN

Seit 2012 ist Eintracht Frankfurt um eine Abteilung reicher: Seit Dezember 2012 nämlich bilden die Ringer eine eigene Abteilung im Verein und sind auch Mitglied im Hessischen Ringerverband. Zum ersten Mal in seiner langen Vereinsgeschichte ringt die Eintracht.

Mittlerweile hat die Abteilung 50 Mitglieder, darunter 25 Kinder und Jugendliche, 11 aktive Sportler und 17 passive Mitglieder, die sich überwiegend aus ehemaligen Aktiven rekrutieren. Der hohe Anteil an Kindern und Jugendlichen zeigt, wo derzeit der Fokus der Abteilung liegt. „Unsere Mitgliederzahlen steigen langsam, aber stetig“, freut sich Abteilungsleiter Lutz Hahn, der sich allerdings mehr Frauen auf der Matte wünschen würde.

Besonders erfreulich ist vor allem der stetige Zuwachs und das Interesse von neuen Kindern und Jugendlichen, die nach Schnuppertrainings dabei bleiben, aktiv am Trainingsbetrieb teilnehmen und bei Turnieren antreten.

Die Entwicklung bei den erwachsenen Ringern hinkt noch ein wenig hinterher. Im Schnitt zehn Ringer sind regelmäßig in der Halle. „Dies ist zwar erfreulich, langt aber eben noch nicht, um mit einer Mannschaft am Ligabetrieb der Hessischen Ringkampfligen teilzunehmen“, weiß der Abteilungsleiter. Denn zu einer Ringermannschaft gehören nicht nur zehn Ringkämpfer, sondern auch zehn Gewichtsklassen von 50 bis 130 Kilogramm, die es zu besetzen gilt.

Erfreulich ist das Engagement der Mitglieder der noch so jungen Abteilung bei Turnieren, auswärtigen Trainingseinheiten beim Leistungszentrum, Straßenfesten oder der Präsentation der Abteilung anlässlich der Saisoneroöffnung der Fußball AG, wo sich viele Aktive, aber auch die Eltern der Nachwuchsathleten beteiligten.



„Unser Ziel ist es, eine breite Basis an Nachwuchsathleten im Kinder- und Jugendbereich im Ringkampfssport auszubilden und je nach Talent und persönlichem Engagement individuell zu fördern“, erklärt Lutz Hahn. Dafür ist es aber auch wichtig, eine Ringermannschaft zu haben, die am Ligabetrieb teilnimmt. Denn nur so kann man den Nachwuchsringern eine sportliche Perspektive innerhalb des Vereins bieten.

„Hier haben wir noch einen langen Weg vor uns, den wir mit viel Herzblut und Engagement aller Mitglieder bestreiten wollen. Der Anfang ist gemacht“, ist Lutz Hahn überzeugt. |

TEXT: Lutz Hahn » FOTOS: Nils Schweigert, Wilzius





RINGEN? UM WAS GEHT ES DA EIGENTLICH?

Die Sportart Ringen ist jedem bekannt. Das sind doch die von Olympia, die, die auf den alten griechischen Vasen zu sehen sind! Damit ist das Wissen um diese alte Sportart aber meistens auch schon erschöpft. Aber um was geht es eigentlich beim Ringen?

Eigentlich ganz einfach: Raufen nach Regeln und der Bessere gewinnt

Fast ist das auch so. Ziel des Kampfes ist es, den Gegnern mit beiden Schultern auf die Matte zu legen. Das ist der klassische Schulterriegel. Da dies aber die Ausnahme ist, je besser und ausgeglichener der Leistungsstand der Sportler ist, gibt es feste Regeln zur Bewertung des Kampfes. Diese sehen je nach Ringergriff und Aktion verschiedene Punkte vor.

Im Prinzip kann man sagen: Je spektakulärer ein Griff, umso mehr Punkte gibt es. Viele sehen da sofort das spektakuläre Bild von Wilfried Dietrich vor sich, der seinen Gegner Chris Taylor bei der Olympiade in München überstürzte. Das gibt eine Fünfer-Wertung, die höchste, die man erkämpfen kann. Wilfried Dietrich erhielt daraufhin den Spitznamen „Kran von Schifferstadt“ und jeder, der diese Bilder gesehen hat, spricht davon mit Bewunderung.

Faszination Ringen

Nur zur Beruhigung: Griffe gegen die Gelenke, schlagen, kratzen oder beißen ist nicht erlaubt. Hart aber fair ist die Devise.

Grundvoraussetzung für das Ringen ist eine hohe körperliche Fitness, denn Ringen fordert den ganzen Körper, von der Fußzehe bis zur Haarspitze – im Kampf steht alles unter Strom. Um dem Rechnung zu tragen, ist ein breit gefächertes Training notwendig.

Zur kurzen und knappen Erklärung von Ringen ist dem sportbegeisterten Zuschauer noch zu erklären, dass im Männerbereich in zwei Stilarten gerungen wird. Zum einen dem Freistil. Hier sind Grifftechniken am ganzen Körper, also von Kopf bis Fuß, erlaubt. Zum anderen der griechisch-römische Stil. Hier darf nur vom Kopf bis zur Hüfte zugegriffen werden, Griffe am Bein sind nicht erlaubt. Das seit 1992 ausgegrenzte Frauenringen kennt diese Unterscheidung nicht, Frauenringen gibt es nur im freien Stil.





FOTOS » 1+3_Ziel beim Ringen ist es, den Gegner möglichst mit beiden Schultern auf die Matte zu bringen 2+4_Fitness ist die Grundvoraussetzung fürs Ringen

Deutschland – eine Ringernation

Bis in die späten 90er Jahre konnte man Deutschland als Ringsportnation bezeichnen. Herausragende Athleten erkämpften Welt- und Europameistertitel sowie Olympiasiege. Wilfried Dietrich, Martin Knosp, Karl-Adolf Scherer, Gerhard Himmel, Maik Bullmann, Rifat Yildiz, Alex Leipold sind nur einige der ganz Großen.

Unterschiedlichste Gründe führten dazu, dass es um die deutschen Ringer international ein bisschen ruhiger geworden ist. Der deutsche Ringerverband hat dies erkannt und unternimmt mittlerweile erhebliche Anstrengungen, um an alte Erfolge anzuknüpfen.

Wer Spitzenringen einmal erleben möchte, der muss im Rhein-Main-Gebiet gar nicht einmal weit fahren: Mit Mainz 88 und Mömbris-Königshofen gibt es in der Region gleich zwei Spitzenklubs, die in der Ringerbundesliga, nach wie vor eine der stärksten Ligen der Welt, um Punkte kämpfen.

International sind Russland, Iran, Kasachstan, USA oder die Türkei absolute Ringernationen. Hier ist Ringen Volkssport und bei Wettkämpfen sind die Hallen gefüllt. Bei Spitzenkämpfen kommen bis zu 20.000 Zuschauer! Wer so ein Spektakel einmal selbst miterlebt hat, der wird es nie vergessen.

Nur nebenbei bemerkt: Zum letzten Bundesligafinale kamen 10.000 Zuschauer!

Olympia ohne Ringen!? Unvorstellbar!

Der Vorstoß einiger IOC-Vetreter, Ringen aus dem Katalog der olympischen Disziplinen zu streichen, geisterte Anfang des Jahres durch die Medien. DIE olympische Sportart überhaupt vom Sportbetrieb der Olympiade ausschließen? Einfach undenkbar! Als Grund wurde eine Analyse angeführt, die dem Ringen niedrige TV-Quoten, geringe Zuschauerzahlen und wenig Attraktivität bei Jugendlichen bescheinigte. Aber auch Versäumnisse des Ringer-Weltverbands FILA, der Auflagen des IOC nicht erfüllt hatte, spielten wohl eine Rolle. Nach einem lauten Aufschrei aus dem Ringerlager, wurde in der internationalen Ringerfamilie gehandelt und aufgeräumt: Der FILA Präsident dankte ab, eine Task-Force zur Regelüberarbeitung wurde gegründet, ein neues Präsidium gewählt. Weltweite Initiativen zur Erhaltung des Ring-

kampfsports wurden ins Leben gerufen. „Save Olympic Wrestling“ ging um die Welt.

Wladimir Putin, Barack Obama und Mahmoud Ahmadinedschad – drei Präsidenten aus Ländern, wie sie nicht unterschiedlicher sein könnten, zogen für das olympische Ringen an einem Strang. Sie ließen ihre Nationalmannschaften im alten New Yorker Prunkbahnhof Grand Central vor zigtausend Zuschauern mit Liveübertragung im Fernsehen für die olympische Zukunft kämpfen. Und trugen so zum Erhalt des olympischen Ringens bei. Denn: Ringen ist kämpfen, ohne Pause und prägend fürs Leben. |

TEXT: Lutz Hahn » FOTOS: Abteilung, Selim Özön, Wilzius





CLEVERNESS UND KRAFT

Der Kinder- und Jugendbereich der Abteilung Ringen ist mittlerweile auf 25 junge Athleten im Alter von 6 bis 15 Jahren angewachsen. Eine erfreuliche Entwicklung, denn das Ringen ist eine Sportart, die nicht nur den ganzen Körper fit macht, sondern auch prägend fürs Leben sein kann.

Siege und Niederlagen gilt es hier allein auf sich gestellt auf der Matte zu erfahren und zu verarbeiten. Im Mannschaftsringen kämpft zwar jeder allein, doch nur das Team kann gemeinsam gewinnen und ohne Teamgeist geht nichts.

Ringen ist Nahkampf und im Kampf gibt es keine Sekunde Pause. Kurz durchgeschneuft

und schon hat der Gegner die Beine gepackt! Um hier zu bestehen, muss viel trainiert werden und im Kindes- und Jugendalter werden die Grundlagen in Beweglichkeit, Körperkoordination, Schnelligkeit, Kraft, Ausdauer und Gleichgewicht gelegt. Neben den Grundlagen ist eine gute Technik im Kampf entscheidend: Bewegungsabläufe und Griffe werden

in Trainingskämpfen geübt. Dabei sind Körper und Geist gleichermaßen gefordert, denn Cleverness kann Kraft schlagen.

Sobald die Nachwuchsringer fit genug für ihre ersten Kämpfe sind, nehmen sie als aktive Wettkampfringer an Turnieren teil. Anfangs sind dies kleinere regionale Turniere, die dann nach und nach im Niveau steigen.

Auch größere nationale Turniere werden von den Eintracht-Nachwuchsringern besucht – mit teilweise bereits beachtlichen Erfolgen. Jedoch steht das Siegen nicht unbedingt im Vordergrund. Das Ringen erlernt sich nicht über Nacht, ein Ringer entwickelt sich und lernt über Jahre. Somit sind kleine Erfolge im Kampf manchmal auch große Siege.

Um die Entwicklung und den Leistungsstand der fortgeschrittenen Kinder und Jugendlichen weiter zu fördern, nimmt der Eintracht-Nachwuchs einmal pro Woche an einem Stützpunktraining im Leistungszentrum des Hessischen Ringerverbands in Aschaffenburg teil. Aber auch das Gesellige soll in der Abteilung nicht zu kurz kommen. Neben einem Trainingslager und der Teilnahme an den Turnieren ist im kommenden Jahr ein Zeltlager für die Kinder und Jugendlichen geplant, sodass die Abteilung noch mehr zusammenwachsen kann.

TEXT: Lutz Hahn »

FOTOS: Selim Özön, Hans Scholz

FOTOS » 1_Im Training werden Griffe und Technik in Trainingskämpfen geübt 2_Unser Ringernachwuchs mit Abteilungsleiter Lutz Hahn (links)



QUO VADIS?

Es war zu erwarten, dass den Ringern neue Aktive nicht sofort die Tür einrennen würden, zumal guten Ringern bereits in den untersten Ringergligen Geld gezahlt wird und viele Athleten ihren langjährigen Vereinen treu bleiben. „Dennoch füllt sich die Matte nach und nach“, freut sich Abteilungsleiter Lutz Hahn.

Ringern ist eher eine Randsportart und es dauert seine Zeit, das Ringern zu erlernen. Viele Sportler, die aus anderen Kampfsportarten ins Ringertraining hereinschnuppern sind oft überrascht, was das Ringern einem körperlich alles abverlangt. Ringern ist eben purer Nahkampf ohne Pause.

„Wir wissen, dass keine leichte Aufgabe vor uns liegt, aber wir haben unser Ziel fest im Blick. Und das ist: eine Mannschaft in den Ligabetrieb zu schicken!“, betont Lutz Hahn. Er würde sich besonders über Nachwuchsathleten im Alter von 15 bis 20 Jahren freuen. „Und eines kann ich versprechen: Wer einmal Blut geleckt hat, den lässt das Ringern nicht mehr los – und das bis ins hohe Alter!“

Aber die Abteilung steht nicht nur aktiven Ringern offen, willkommen sind auch Sportler, die das Ringertraining dafür nutzen möchten, sich fit zu halten und dem Alltagstress kurzzeitig zu entfliehen.

Für die Teilnahme am Ligabetrieb braucht es allerdings nicht nur die passenden Athleten, sondern auch Schiedsrichter, Listenführer, Hallensprecher und viele weitere Helfer. „Wir wollen unsere Abteilung nicht überfordern, sondern uns aus einem kontinuierlichen Wachstum heraus auf eine breitere und solide Basis stellen“, so Lutz Hahn zu den Zukunftsplänen der Abteilung.

Und wie heißt es so schön? „Geduld ist eine Tugend“ – und wer dies nicht lernt, hat auch im Kampf schlechte Karten. |

TEXT: Lutz Hahn



FOTOS » 1_Geschäftsführendes Präsidiumsmitglied Dieter Burkert, Abteilungsleiter Lutz Hahn, Peter Mattus, Klaus Ruszetzky und der stellvertretende Abteilungsleiter Jerzy Kaczanowicz (v.l.) 2_Jugendleiter und Jugendtrainer Sascha Wodzich



DER VORSTAND

Der Vorstand der Abteilung Ringern setzt sich derzeit aus drei Personen zusammen. Abteilungsleiter ist Lutz Hahn, selbst ehemaliger aktiver Mannschaftsringer beim AC Eckenheim, dem ASV Griesheim und dem Stemm- und Ringverein Kahl.

Sein Stellvertreter ist Jerzy Kaczanowicz, der auch beim AC Eckenheim als Mannschaftsringer kämpfte und viele Jahre als Schiedsrichter agierte. Derzeit pausiert Jerzy – die Rückkehr zur aktiven Laufbahn ist aber nicht ausgeschlossen! Der Dritte im Bunde ist Jugendleiter und Jugendtrainer Sascha Wodzich. Auch er trat früher für den AC Eckenheim als Mannschaftsringer an und war langjähriger Schiedsrichter. Er trainiert zwar momentan, tritt aber derzeit bei Wettkämpfen nicht an.

Die Eintracht-Ringer sind immer dienstags und donnerstags im Haus Ronneburg (Gelnhäuser Str. 2, Frankfurt) anzutreffen. Kinder und Jugendliche (6 bis 14 Jahre) trainieren dienstags von 18 bis 19.30 Uhr und donnerstags von 18 bis 19.30 Uhr, Erwachsene dienstags und donnerstags von 19.30 bis 21 Uhr. Auch Anfänger sind herzlich willkommen und können gerne einmal reinschnuppern.

Mehr Informationen rund um die Abteilung Ringern gibt es bei Abteilungsleiter Lutz Hahn (TEL.: 0151/12243670, E-MAIL: lutz.hahn@hahn-raumausstattung.de) oder bei Jugendtrainer Sascha Wodzich (TEL.: 0170/3683486). |

TEXT: Lutz Hahn »
FOTOS: Arndt Götzte, Nils Schweigert