

„Was hätte noch kommen sollen?“

Tina Rupprecht hat ihre beeindruckende Karriere als vierfache Box-Weltmeisterin beendet. Ein Gespräch über Trainer ohne Gnade, Abschiedsschmerz, neues Glück, Siege und Niederlagen.

Wie geht es Ihnen mit der Entscheidung, Ihre Boxkarriere zu beenden?

Tina Rupprecht: Ich bin megahappy. Ich bin Weltmeisterin in allen vier relevanten Weltverbänden. Ich wusste schon vor meinem letzten Kampf, dass ich aufhören werde, wenn alles gut läuft. Hätte ich verloren, hätte ich wahrscheinlich weitergemacht. Ich wollte nicht mit einer Niederlage aufhören.

Viele Profisportler fallen nach dem Karriereende in ein mentales Loch. Sie haben parallel dazu bekannt gegeben, schwanger zu sein. Von der Boxerin zur werden Mutter. Hilft es, gleich eine neue, so bedeutsame Aufgabe zu haben?

Rupprecht: Ich hatte mich entschieden, aufzuhören – schwanger hin oder her. Aber ich glaube auch, dass es das irgendwie leichter macht. Als Sportler willst du immer ein Ziel haben, auf das du deinen Fokus lenken kannst. Als ich mein Abschiedsvideo erstellt habe, musste ich auch mal kurz heulen. Aber dann bin ich auch gleich wieder happy und denke an mein Baby. Ich bin absolut fein mit der Entscheidung.

Ein Comeback schließen Sie also aus?

Rupprecht: Ja. Weil es im Boxen immer ein Kampf neben dem Kampf selbst war. Es ist einfach so ein schwieriges Geschäft. Den Sport liebe ich für immer. Aber das ganze Drumherum, alles zu finanzieren. Am Schluss war das ja okay, aber es wäre natürlich was anderes, wenn ich für jeden Kampf eine Million kriegen würde. Dann würde ich wahrscheinlich schon darüber nachdenken. Aber das wird in diesem Leben nicht mehr passieren.

Sie haben immer nebenher als Lehrerin gearbeitet. Kann man als Frau in Deutschland vom Boxen leben?

Rupprecht: Ich lebe momentan davon, aber die Regel ist das nicht. Die Schule mache ich nur nebenher, weil es mir Spaß macht, weil ich ein bisschen drinbleiben will im Thema, aber ich werde es nie Vollzeit machen. Ich lebe aber nicht von Gagen, sondern von dem, was ich nebenbei als Selbstständige mache. Von meinen Sponsoren, von meinen Vorträgen, von Workshops. Das habe ich mir über die Jahre mühsam selbst aufgebaut. Das ging immer Hand in Hand mit meiner Boxkarriere.

Was nimmt man also mit aus einer Profi-Karriere für das Leben danach?

Rupprecht: So viel. Immer dranbleiben, nicht locker lassen. Spring ins kalte Wasser. Geh Risiken ein. Weitermachen gerade dann, wenn



Die Augsburger Boxerin Tina Rupprecht geht als Weltmeisterin der vier großen Verbände IBF, WBO, WBC und WBA in den sportlichen Ruhestand. Foto: Andreas Gora, dpa

man keine Lust mehr hat. Das ist Disziplin. Ich bin auch nicht jeden Tag motiviert, aber ich bin diszipliniert. Über all die Jahre ist es die Disziplin, die mich weiter gebracht hat.

Und was steckt hinter der Disziplin?

Rupprecht: Bei mir war es so, dass ich ein Ziel hatte und fertig. Das wurde nicht einmal von mir selbst infrage gestellt. Aber ehrlicherweise hatte ich nur selten Tage, an denen ich so gar keinen Bock hatte. Ich liebe es zu trainieren, nach wie vor. Ich gehe auch jetzt noch dreimal die Woche ins Training. Ich kann nicht ohne.

Und merken Sie schon, dass die Kondition immer stärker nachlässt?

Rupprecht: Ja, voll. Es ist anstrengender. Ich werde immer langsamer, aber mein Schlag wird immer härter, weil ich immer schwerer werde. Schwanger sein ist einfach krass. Ich hab jetzt einen Mitbewohner und der will genauso versorgt werden. Das ist krass, hätte ich nie gedacht, ist aber auch voll spannend.

Vor Ihrem letzten Kampf waren Sie erneut im Bayerischen Wald bei Sepp Maurer zum Konditionstraining. Der Mann gilt als Guru, aber auch als knallharter Schleifer. War die Schinderei bei ihm ein Schlüssel zum Erfolg?

Rupprecht: Das war schon noch mal ein Level höher, was das Konditionelle angeht. Boxerisch waren wir schon immer top, aber konditionell hat er schon noch mal was rausgeholt. Ich war ja schon Weltmeister, aber was ich da gemacht habe, war absolut krank. Du gehst jedes Training über die Grenze und denkst, du stirbst. Ich hätte manchmal am liebsten geheult, so anstrengend war es. Der kennt keine Gnade. Du musst da immer den Berg hochrennen. Er fährt mit dem Auto hinter dir. Wenn er hupt, musst du sprinten. Bis er wieder hupt. Viele Sportler, die bei ihm einmal trainiert haben, kommen nie wieder. Denen ist das zu krass. Aber ich war immer da, weil ich wusste, dass es mich weiter bringt. Das kannst du nur schaffen, wenn du mental voll da bist. Wenn du das durchstehst, dann ist es dir scheißegal, wenn ein Kampf über zehn Runden geht. Du weißt dann

einfach, dass du das locker durchhältst.

Kann man es lernen, sich so zu quälen, oder ist das ein Talent?

Rupprecht: Das kann man nicht lernen. Entweder man hat es, oder man hat es nicht. Dieses Kämpferherz, dass dir alles egal ist, dass du nur noch dein Ziel erreichen willst und alles dafür in Kauf nimmst. Die, die ganz oben sind, haben das alle. Wenn du das nicht hast, wirst du nie ganz oben sein.

Der wichtigste Faktor in Ihrer Karriere ist aber Ihr Trainer Alexander Haan, der sie von Anfang begleitet hat. Was zeichnet ihn aus?

Rupprecht: Wir sind die Karriere über zehn Jahre lang gemeinsam gegangen. Es ist selten, dass man nach so langer Zeit immer noch wachsen und immer noch voneinander lernen kann. Er hat mich immer noch weiter gebracht. Wenn er gemerkt hätte, dass das nicht mehr funktioniert, hätte er gesagt, dass ich gehen soll. Er ist kein Trainer, der einen Plan schreibt und den dann abarbeitet. Er weiß heute nicht, was wir morgen machen. Er

macht alles intuitiv. Er sieht die Dinge einfach. Jeder Boxer hat seinen eigenen Stil und viele Trainer machen mit allen Boxern das Gleiche. Aber das macht er nicht. Er lässt jedem seinen Stil, aber macht ihn noch besser.

Sie haben 17 Profikämpfe absolviert. 15 Siege, ein Unentschieden und eine Niederlage. Wie wichtig war diese Niederlage gegen Senisa Estrada in den USA?

Rupprecht: Sehr wichtig. Das sage ich jetzt – damals war es scheiße, aber das ist ja normal. Danach habe ich die Gewichtsklasse ins Atomgewicht gewechselt und dort alles abgeräumt. Wenn ich den Kampf nicht verloren hätte, dann wäre ich nie in die andere Gewichtsklasse gegangen.

Was war Ihr bester Kampf?

Rupprecht: Die letzten drei. Die waren richtig gut. Ich habe einfach gemerkt, dass ich boxerisch noch einmal so gewachsen bin. Wenn ich mir die Kämpfe von früher anschau, war das nicht schlecht. Aber die letzten drei waren einfach eine Klasse besser.

Haben Sie sich viele Gedanken darüber gemacht, den richtigen Zeitpunkt für das Karriereende zu finden? Viele Sportler verpassen diesen.

Rupprecht: Ja, das finde ich auch. Ganz viele. Vor allem auch im Boxen. Die kämpfen immer weiter, werden immer schlechter, verlieren nur noch und gehen am Ende als Opfer. Das wollte ich auf gar keinen Fall. Andererseits war ich jetzt in meiner Prime. Ich hätte locker noch zwei, drei Jahre auf dem Niveau weitermachen können. Aber was hätte noch kommen sollen? Verteidigen, verteidigen, verteidigen? Ich habe alles geboxt, was ich boxen wollte. Ich habe in dem Sport alles erlebt, was ich immer erleben wollte. Was soll noch kommen?

Was passiert jetzt eigentlich mit den ganzen WM-Titeln?

Rupprecht: Die werden alle vakant. Jeder einzeln. Und wer alle vier gleichzeitig haben will, muss sie wieder vereinigen. Jetzt dürfen sie wieder von vorn anfangen (lacht). Die sind schon alle scharf und lauern wie die Geier.

Interview: Andreas Kornes

Zur Person

Tina Rupprecht, 33, begann ihre Kampfsportkarriere im Kickboxen, wechselte dann zum Boxen und wurde 2013 Profi. Sie studierte in Augsburg Lehramt für die Grundschule. „Tiny Tina“, so ihr Kampfname, bestritt 17 Profikämpfe (15 Siege/1 Niederlage/1 Unentschieden.) (AZ)

FCA-Torhüter Dahmen lässt Schüler jubeln

Fußballprofi besucht eine Grundschule und blickt auf Leipzig

Von Johannes Graf

Finn Dahmens Beruf ist es, Tore zu verhindern. An diesem Dienstagmorgen allerdings lässt er einen Ball passieren – und sorgt für riesigen Jubel. Hat er schließlich den Schülerinnen und Schülern einen hausaufgabenfreien Nachmittag beschert. Grundschullehrer Alexander Gal hatte den Ball aus kurzer Distanz versenkt. Hat Dahmen den Ball womöglich absichtlich ins Tor gelassen? Dem Torhüter des FC Augsburg waren schon zuvor die Sympathien zugeflogen. Geduldig hatte er die Fragen der Mädchen und Jungs beantwortet, anächtig hatten diese in der Aula der Herrenbach-Schule auf Holzbänken und Matten den Worten des Fußballprofs gelauscht. Wann er mit dem Fußballspielen begonnen habe? Ob er die Zahl seiner Gegentore im Kopf habe? Wer für ihn die besten Spieler des FCA seien?

Wie jedes Jahr entsandte der Fußball-Bundesligist Spieler und Trainer, um Schulanfänger mit Turnbeutel zu überraschen. Ein Pflichttermin – Dahmen lässt ihn aber nicht so wirken. Lächelt viel, schreibt Autogramme, macht jeden Spaß mit. Ernster wird es in den nächsten Tagen. Den 27-Jährigen und seine FCA-Kollegen erwartet eine englische Woche mit drei Heimspielen in sieben Tagen. Zwischen den Bundesligapartien gegen RB Leipzig (Samstag, 15.30 Uhr, Sky) und Borussia Dortmund ist das DFB-Pokalspiel gegen den Zweitligisten VfL Bochum (Dienstag, 20.45 Uhr) eingebettet.

Ein Traumtor des Supertalents Said El Mala verhinderte beim 1:1 in Köln, dass Dahmen erstmals in dieser Spielzeit in der Liga ohne Gegentreffer blieb. Dennoch sieht er Fortschritte gegenüber der Anfangsphase. „In den letzten zwei Wochen sehe ich uns deutlich stabiler“, betont er. Beim Heimsieg gegen Wolfsburg (3:1) und dem Punktgewinn in Köln zeigte der FCA eine aufsteigende Tendenz. Gegen den Tabellenzweiten Leipzig kann das verjüngte Team beweisen, ob es mit seiner aktiven Spielweise einer Spitzenmannschaft gewachsen ist. Dahmen zeigt sich zuversichtlich. Seine Begründung: Gegner, die selbst einen fußballerischen Ansatz wählen, würden dem FCA liegen. „Wir haben richtig Lust und viel Selbstvertrauen. Und denken, dass wir die drei Punkte daheim behalten können.“ (Foto: Harry Langer, dpa)



Finn Dahmen

HEIMSPIEL



VS





23. OKT // 19:30 UHR





POWERED BY



PANTHERTICKETS

Tickets für die Heimspiele erhältst du online unter **PANTHERTICKETS.DE** oder in unserem **1878 SHOP** im Stadion.

Öffnungszeiten:
Di. - Do. 17 - 19 Uhr
Fr. 13 - 17 Uhr

Alle Infos über die Heimspiele der Augsburger Panther im Curt-Frenzel-Stadion findest du unter:
WWW.AEU-PANTHER.DE

Gekennzeichneter Download (ID=JTw2WHk4nfBNMXfBZN04M0eYYfKSI0ee6n60a680)