

Klarer Kopf und kurze Haare

SPORTLERWAHL Jonas Trümpler glänzt auf dem Padel-Court

VON FELIX SCHLICKMANN

Barrieren – Im spannendsten Moment seiner bisherigen Padel-Laufbahn blieb Jonas Trümpler ganz cool. Praktisch fehlerlos spielte er den Match-Tiebreak an der Seite seines Barrier-Kollegen Adrian Japs – und das im ersten Jugend-Länderspiel der deutschen Nationalmannschaft. Mit 6:3, 4:6, 12:10 setzte sich das Duo gegen zwei Dänen durch. „Das war schon ganz geil“, sagt Trümpler und grinst. Ein wichtiger Faktor auf dem Weg zum Erfolg: seine Ruhe. „Wenn man sagt, man kann nicht gewinnen, dann verliert man“, erklärt Trümpler. Ein ganz simples Motto – und eines, das er mit seinen erst 14 Jahren bereits auf beeindruckende Art und Weise verinnerlicht hat.

„Ich habe schon Anspannung gespürt, aber ich kann gut damit umgehen. Das hilft mir in Tiebreaks und Match-Tiebreaks“, erzählt Trümpler und erläutert: „Man konzentriert sich halt mehr. Ich habe schon sehr viele Turniere gespielt und weiß daher, wie ich mich verhalten muss.“

Seit vier Jahren spielt er Padel, im Grunde also, seit die Trendsportarten ihren Weg nach Deutschland gefunden hat. Am Anfang weniger, doch je mehr Plätze im Umland gebaut wurden, desto häufiger war und ist Trümpler auf ihnen zu finden. Im Schnitt „dreimal pro Woche“ greift er zum Schläger, selbst im Winter. „Es ist halt kalt“, sagt Trümpler trocken, solan-



Touch und Talent: Jonas Trümpler spielt mit 14 Jahren schon Herren-Turniere. FOTO: PADELDAYS

Rahmen der deutschen Meisterschaft – Balljunge bei der World Padel Tour in Düsseldorf, ein Weltrekord mit Ex-Fußballstar Rafael van der Vaart (Trümpler: „Der ist echt nett und spielt recht gut“) und zwei Trainingslager in Spanien. „Nach Marbella würde ich gerne noch mal“, betont das große Talent: „Wir hatten einen coolen Trainer.“ In Madrid habe er auf der „riesigen Anlage, auch mit einem Pool“, Szenestars wie Ju-

„Es gibt den einen oder anderen, der sich da extrem viel drauf einbildet, aber Joni verhält sich immer vorbildlich.“

Trainings- und Doppelpartner Lars Bosselmann über Jonas Trümpfers Mentalität

Sportler Wahl 2023 im Landkreis Diepholz

Kreiszeitung
Diepholzer Kreisblatt
Süllinger Kreiszeitung

Alle Porträts finden Sie im Internet unter www.kreiszeitung.de/sportlerwahl-diepholz

KreisSportBund Diepholz e.V.

Kreissparkasse Grafschaft Diepholz
Kreissparkasse Syke

Mediengruppe Kreiszeitung

ge es „nicht schneit oder regnet“, sei „alles okay“.

Für seinen Lieblingssport hat er sogar das Tennisspielen aufgegeben, der Fokus

liegt nun voll auf Padel und Fußball. „Ich hatte mehr Bock darauf“, erklärt der Schüler: „Padel kann man mit jedem spielen, sehr gut

mit Freunden.“ Japs zum Beispiel, die beiden trainieren jede Woche gemeinsam bei Trümpfers Vater Erik.

Die ehemalige deutsche Nummer drei hat der Sohnemann vor wenigen Wochen sogar schon übertrumpft. Bei einem Herren-Turnier der 500er-Serie in Hamburg gewann Jonas Trümpler an der Seite von Lars Bosselmann seine Gruppe – anders als der Vater. „Das war unfassbar“, staunt Bosselmann, „Joni hat echt gut gespielt.“

Eines der vielen Highlights, die 2023 zu bieten hatte. Das Dänemark-Match, Turniersieger – unter anderem eines im

an Lebron getroffen. Fotos davon gibt es auf Trümpfers Instagram-Account. Den hat er zu Beginn der Saison 2023 eingerichtet, im Zuge eines Sponsorendeals. Einen Schläger- und Klammottenvertrag hat Trümpler abgesahnt. Ein steiler Aufstieg in dem jungen Alter.

Beim Blick auf seine Bilder fällt ein Detail auf: Seit Mitte Oktober trägt er die Haare kurz. „Es hat beim Spielen gereizt“, meint Trümpler und erklärt lächelnd zu seiner neuen Frisur: „Ich hatte eine fifty fifty Chance, dass es gut oder schlecht aussieht. Ich bin sehr zufrieden.“

Tüftler mit Kämpferherz

SPORTLERWAHL Mömkes beißt in Roth auf die Zähne und wird in Bremen deutscher Vizemeister

VON DANIEL WIECHERT

Weyhe – Sein Triathlon-Herz und seine Loyalität zu den Teamkollegen gewannen. Dabei hätte der Einsatz kaum höher sein können. „Meine Frau hat gesagt, wenn ich da mitmache, lässt sie sich scheiden“, sagt Frank Mömkes mit einem Lachen. Es ging um den 19. „Sparkassen Triathlon“ in Braunschweig. Eigentlich nichts Besonderes für Mömkes, der schon die große weite Triathlon-Welt gesehen hat – inklusive des mythenumrankten Klassikers auf Hawaii. Doch die Tri-Wölfe des LC Hansa Stuhl hatten in Braunschweig kurzfristig einen Ausfall zu kompensieren. „Sie wären sonst in der Liga weit nach hinten gerutscht“, sagt der 60-Jährige: „Und so habe ich meinem Verein, meinen Jungs diesen Riesen-Gefallen getan.“

Die Dimension dieses Freundschaftsdienstes entfaltet sich erst so richtig durch die Vorgeschichte. Denn eine Woche zuvor war Mömkes bei der Challenge Roth, dem deutschen Triathlon-Hotspot, am Start. Und dieses Rennen, ausserkoren als sein Saisonhighlight 2023, gestaltete sich zäh. „Ich wollte unbedingt aufs Treppchen“, unterstreicht Mömkes seine Ambitionen für den Wettkampf über 3,8 Kilometer Schwimmen, 180 Kilometer Radfahren plus Marathonlauf über 42,2 Kilometer: „Und es hätte auch geklappt. Allerdings bin



Der Mann mit dem Hammer erwischte Frank Mömkes auf der Radstrecke. Doch aufzugeben stand bei der Challenge Roth nicht zur Debatte. FOTO: MUNSTER

ich vier Wochen vorher krank geworden, und das bin ich bis zum Start nicht mehr richtig losgeworden.“

Im Wasser des Main-Donau-Kanals habe es sich noch gut angefühlt. Auf dem Rad erwischte ihn dann der Mann mit dem Hammer. „Ab Kilometer 120 ging die Kraft völ-

lig flöten. Da habe ich gedacht: Okay, das wird jetzt wohl eher ein besserer Spaziergang bis ins Ziel.“

Aufgeben stand nicht zur Debatte: „Wenn du unterwegs merkst, das funktioniert nicht, ist es bei uns Triathleten dennoch ein ungeschriebenes Gesetz, auf jeden

Sportler Wahl 2023

„Triathlon ist ab einem gewissen Alter nicht nur Schwimmen, Radfahren und Laufen. Das ist viel, viel mehr. Das ist Krafttraining, das ist Körperbewusstsein, das ist Ernährung, das ist Leistungsdiagnostik. Je älter du wirst, umso mehr hängt da dran.“

Frank Mömkes (60)

Fall zu finishen.“

Mömkes zog also durch, kam nach 10:58:46 Stunden ins Ziel, Rang zehn seiner Altersklasse. Mehr ließ ein Magen-Darm-Infekt nicht zu. „Eigentlich hätte ich so nicht an den Start gehen sollen, aber ich habe gedacht, okay, jetzt hast du so viel in diese Vorbereitung investiert, jetzt machst du da auch mit.“

Schließlich war auch seine Familie nach Mittelfranken gereist. „Meine Kinder und Enkelkinder haben mich angefeuert, haben mit mir gelitert“ – und sie trugen Mömkes mit ins Ziel.

Nach den Strapazen in

Roth sei zwei Wochen nicht an Training zu denken gewesen; für den Teamwettbewerb in Braunschweig raffte er sich dennoch auf. „Und es lief komischerweise wirklich gut“, sagt Mömkes mit Blick auf die zwei Schwimmrunden über 750 Meter, 17,6 Kilometer auf dem Rad und fünf Kilometer zu Fuß.

Ebenfalls auf der Sprintdistanz feierte der Weyher im August einen Erfolg. In Bremen schnappte er sich den deutschen Vizemeistertitel (AK 60). „Bei dieser Kurzdistanz jagst du wirklich von Anfang an deinen Puls auf 180 hoch – und hältst diesen bis ins Ziel. Das hat in Bremen wunderbar geklappt.“

Für 2024 wird verstärkt Lauftraining anstehen, denn Mömkes möchte sich einen lang gehegten Traum erfüllen und beim Berlin Marathon starten. Zudem plant er einen Radmarathon in den Alpen. Diese beiden Events sind vom Ausdauer-sportler mit Bedacht gewählt. „Wenn du dich auf einen Marathon und einen Radmarathon vorbereitest – und sowieso ein guter Schwimmer bist, dann bist du automatisch gut im Triathlon-Training drin.“ Das Schwimmen laufe bei ihm seit jeher einfach so mit: „Ich habe an sich schon ein ganz gutes Körpergefühl. Und ich bin ein Tüftler. So habe ich mir früher bei anderen immer viel abgeschaut – und mir die Techniken dann selbst beigebracht.“

LEICHTATHLETIK

Hoppe und Evers bleiben unter Bestleistungen

Herzebrock-Clarholz – „Die Veranstaltung mit vielen starken internationalen Athleten war wirklich toll organisiert. Leider konnten unsere beiden Sportler nicht ganz ihre besten Leistungen abrufen“, meinte Berthold Buchwald, Sportwart des LC Hansa Stuhl, zum Abschneiden seiner Athleten Jason Lee Hoppe und Carolin Evers.

Beide hatten eine Einladung zum 19. Sparkassen-Hochsprungmeeting der LG Kreis Gütersloh 09 in Herzebrock-Clarholz erhalten, wo auch etliche Starter aus den Niederlanden oder Tschechien angereist waren.

Als amtierender deutscher Vizemeister der U18 muss Hoppe ab diesem Jahr in der U20 antreten. Hätte er seine Bestleistung von 2,03 Metern erreicht, hätte es hinter dem Sieger Ridzeder Punt (Niederlande/2,04 m) zu Silber gereicht. Doch Hoppe riss nach überquerten 1,86 m die nächste Höhe von 1,91 m dreimal und landete von fünf Startern auf Rang drei.

Evers startet in diesem Jahr in der U18 und konnte auch nicht ihre Bestleistung (1,72 m) erreichen. Im Feld der zehn – oft älteren – Hochspringerinnen überquerte sie 1,59 m, was zum geteilten fünften Platz reichte. Der Sieg ging an die Niederländerin Julia Dokter (1,79 m).

Buchwald fügte noch hinzu, „dass wir uns im Verein wieder intensiver um Jason und Carolin kümmern werden, denn die Betreuung durch Landestrainerin Astrid Onnen oder auch Bundestrainer Jan Pablo Oehl ist meiner Meinung nach nicht optimal. Da stürmen viel zu viele Meinungen über Training und Wettkampf auf die Athleten ein.“

KURZ NOTIERT

In Osterbinde finden auch Wahlen statt

Osterbinde – Wahlen und Berichte stehen im Mittelpunkt der Jahreshauptversammlung des Kreisverbandesportvereins Diepholz am Montag, 22. Januar. Beginn ist um 20.00 Uhr im Gasthaus Freye in Bassum-Osterbinde. Kreisverbands-Vorsitzender Uwe Stradtmann blickt dabei unter anderem auf das abgelaufene Jahr zurück. Danach gibt es die Fachberichte aus den einzelnen Sportarten. Während der Wahlen steht auch der Posten des Vorsitzenden zur Abstimmung.

Dickel richtet Hallenturnier aus

Dickel – Der SV Dickel richtet am Freitag, 12. Januar, ein Fußball-Hallenturnier aus. Gespielt wird dabei ab 19.00 Uhr in der Sporthalle in Rehden an den Waldsportstätten. Neben Gastgeber Dickel sind dabei: Die Altherren der SG Dickel/Wetschen, der TSV Aschen, SV Barver, TSV Wetschen II, Mellendorfer TV II, TSV Coranu und der Kreisligist SV „Jura“ Eydelstedt.