

Vollgepumpt mit Energie

FUSSBALL: Tuchel stellt sich als BVB-Coach vor

VON WILFRIED SPRENGER

■ **Dortmund.** Eigentlich hatte Hans-Joachim Watzke, der Geschäftsführer von Borussia Dortmund, gestern bei der Vorstellung des neuen Trainers Fragen nach den Saisonzielen auf den Index gesetzt. Es fragte auch niemand, dennoch wurden alle Neugierigen bestens bedient. Es genügte schon, Thomas Tuchel, dem Nachfolger von Jürgen Klopp, zuzuhören. Der 41-Jährige will mit dem BVB zurück in die Bundesliga-Spitze und in die Champions League. Ganz konkret sieht er sich und sein Team „als Herausforderer von München, Wolfsburg, Mönchengladbach und Leverkusen.“ Die einjährige Schaffenspause hat dem 41-Jährigen offensichtlich gut getan. Im Sommer 2014 wirkte er völlig geschafft. Tuchel hat eine ganze Weile gebraucht, um die nötige Entschleunigung einzuleiten und endlich Zeit zu haben für Frau und die zwei Kinder, Freunde und Verwandte. Es sei ein sehr gutes Gefühl gewesen, ohne Uhr leben zu können und Tage nicht mehr komplett durchtackten zu müssen.



Wieder da: Thomas Tuchel, jetzt BVB-Trainer. FOTO: GETTY

Das alles gibt er nun auf. Tuchel ist wieder Trainer mit allen Konsequenzen. Frisch, voller Tatendrang und voller Kraft. „Ich bin vollgepumpt mit Energie“, versicherte er. Und „übergänglich“ ist er auch. Weil Dortmund der neue Arbeitgeber sei. „Es war mein großer Wunsch einen Topverein mit Tradition zu übernehmen. Und einen echten Herausforderer.“

Ende dieses Monats bittet der Neue seine Schützlinge zum Trainingsauftakt. Schon gestern blies er zur Attacke. „Wir wollen die ersten vier angreifen.“ Auf dem Platz möchte Tuchel offensiv spielen lassen. Seinen Spielern schrieb er „Fleiß, Bescheidenheit, Mut, Offenheit, Beharrlichkeit und totale Leistungsbereitschaft“ ins Stammbuch. „Die vier Teams, die wir angreifen wollen, sollen uns ständig spüren.“

Die Vorbereitung auf die erste BVB-Spielzeit unter Tuchel ist allerdings suboptimal. Anfang Juli fliegt Dortmund für eine Werbetour nach Asien, bereits Ende Juli startet die Qualifikation für die Europa League. Tuchel spricht von einer „massiven Beeinträchtigung“, weil das Wichtigste nach einem Trainerwechsel die Trainingszeit sei. Dem Kopfmenschen bleibt nicht viel Raum, um die Dinge auf den Weg zu bringen. „Die Aufbauarbeit wird bis weit in die Saison dauern. Wir müssen das strecken, da gibt es keine Wahl“, erklärte er. Bedarf für eine personelle Zäsur sieht er nicht: „Von mir gibt es keinen Forderungskatalog. Schließlich verfügt die Borussia über einen tollen Kader.“

Horrorsaison beendet

FUSSBALL: 1860 München bleibt zweitklassig

■ **München (sid).** Als der Last-Minute-Klassenerhalt nach einer Horrorsaison perfekt war, wollte der gefeierte Löwen-Retter Torsten Fröhling nur noch weg. „Ich bin froh, dass ich jetzt in den Urlaub kann“, sagte der Trainer von 1860 München nach dem nervenaufreibenden 2:1 (0:1) im Relegations-Rückspiel gegen Holstein Kiel.

Der 48-Jährige geht allerdings nach seiner erfolgreichen Kurz-Mission davon aus, auch künftig bei den krisengeplagten Sechzigern in der Verantwortung zu stehen und den Trainingsauftakt am 22. Juni zu leiten. „Ich habe gespürt, dass man mit mir weiterarbeiten will. Deshalb bin ich entspannt“, sagte Fröhling. Der Hamburger hatte die Löwen nach der Entlassung von Markus von Ahlen im Februar übernommen. Der

Vertrag läuft am Saisonende aus. Die Verantwortlichen hielten sich noch bedeckt. Man werde das nach einer „miserablen Saison“ jetzt alles „in Ruhe besprechen“, sagte Sportdirektor Gerhard Poschner. Der frühere Profi wird bei der Aufarbeitung selbst im Mittelpunkt stehen. Fans und Vereinsspitze sehen in ihm den Hauptschuldigen für die Misere.

Nun soll nach dem Beinahe-Abstieg – Adlung (78.) und Kai Bülow (90.+1) hatten die Löwen nach dem Rückstand durch Tim Kazior (16.) gerade noch gerettet – wieder einmal alles besser werden. Fröhling kündigte schon einmal an, „dass es keinen großen Umbruch geben wird, wenn ich was zu sagen habe. Die Mannschaft hat Perspektive. Wir werden nur an einigen Stellschrauben drehen.“

Ferrari mit neuem Wundersprit

FORMEL 1: 20 bis 30 PS mehr Leistung für Vettel

■ **Montréal (sid).** Im Kampf gegen die übermächtigen Silberpfeile muss Sebastian Vettel alle Wege gehen. Mit neuartigem „Wundersprit“ will Ferrari den Abstand zu Mercedes verringern. Umgerechnet etwa 20 bis 30 PS mehr könnte das neue Gemisch der Scuderia beim Großen Preis von Kanada am Sonntag (20.00 Uhr/RTL) in Verbindung mit einem verbesserten Motor bringen. Allein damit lässt sich der Rückstand zum Branchenprimus aber sicher nicht aufholen.

„Die Lücke ist weiter da, die kann man nicht wegreden“, sagte Vettel. Die Italiener tüfteln an Lösungen, um um den Sieg mitfahren zu können. Auch an der Antriebseinheit soll es schnell Verbesserungen geben. Allerdings auch bei Mercedes: Weltmeister Lewis Hamilton und Vize Nico Rosberg werden in Montréal erstmals mit der zweiten von vier möglichen Antriebseinheiten auf die Strecke

gehen. Dank eines Upgrades könnte auch ihnen mehr Leistung zur Verfügung stehen.

Doch bei Ferrari liegen die Hoffnungen zunächst auf dem neuen Kraftstoff. Wie das Fachmagazin *Speedweek* berichtet, wurde gemeinsam mit dem Mineralöl-Konzern Shell ein Sprit entwickelt, der den Verbrauch senken und gleichzeitig die Leistung erhöhen soll. Etwa 820 PS stehen Vettel und seinem Teamkollegen Kimi Räikkönen dem Italiener ist der Abstand zu Mercedes „nicht massiv, zu dem waren wir in diesem Jahr immer auf dem Podium“. Zuletzt in Monaco erreichte Vettel Rang zwei.



Hauptstadt erreicht: Udo Möller steht nach mehr als 14 Stunden Fahrzeit am Brandenburger Tor.

FOTOS: NW

Beeindruckendes Solo nach Berlin

NW-TEAM ÖZTALER: Udo Möller fährt 384 Kilometer am Stück

VON TORSTEN ZIEGLER

■ **Bielefeld/Löhne.** Udo war nicht dabei, als sich das NW-Team Öztaler am Vatertag bei der RTF des RSV Gütersloh erstmalig traf. Er war sogar weit weg. Auf Spanien-Rundreise mit seiner Frau. Aber in den Gesprächen des neu gebildeten Teams fiel sein Name immer wieder: Udo Möller.



Anfang: Udo Möller startet in Löhne. Etwas dünn angezogen.



Ende: Udo Möller nach dem Velothlon. Glückliche.

Zum einen weckte er mit seinen Urlaubsfotos, die er in die WhatsApp-Gruppe schickte, offenbar aus sommerlicher Wärme, ein wenig Neid im ostwestfälischer Dauer-April. In der Hauptsache aber erzeugte Udo eine Mischung aus Verwunderung und Respekt. Denn sein Vorhaben, allein und in einer Etappe von seinem Wohnort Löhne nach Berlin zu fahren, galt selbst den Hartgesotenen im Team als außergewöhnlich.

„Im letzten Jahr bin ich mit zwei Kollegen in zwei Etappen nach Berlin gefahren. Damals dachte ich mir, das geht auch in einer“, erzählt Udo. Und ja, am vorigen Freitag ging es. Allerdings musste der 56-Jährige diesmal auf Mitstreiter verzichten. 384 Kilometer am Stück, ein solches Solo macht einsam. Zum Ausgleich hatte Udo am Sonntag wieder tausende Gleichgesinnte beim Berliner Radrennen Velothlon um sich herum. Nach einem Erholungstag meisterte er die 119 Kilometer

immerhin in 3 Stunden 23 Minuten und 54 Sekunden. Schon kurz vorm Zielstrich verspürte er dieses satte Gefühl, nach dem besonders Extremsportler gieren: „Was für ein Radwochenende! Ich war überglücklich.“

Bis zu diesem Empfinden war es ein sehr weiter Weg. Inklusive der beinahe unvermeidbaren mentalen Rückschläge. Das begann am Freitag schon nach 15 Kilometern mit dieser Erkenntnis: „Hätte ich mich lieber wärmer angezogen.“ 5 Grad

zeigte das Thermometer morgens zur Startzeit um 5. Die erste Pause nach 96 Kilometern in Langenhagen war die höchst willkommene Gelegenheit, „bei einem starken Kaffee und zwei Stück Kuchen mich noch mal zu stärken und aufzuwärmen.“

Stärkung sollte bitter nötig sein, wie sich nach doppelter Strecke herausstellen sollte. Der Wind hatte gedreht, blies kräftig von vorn, und plötzlich war die Orientierung wegen einer Straßensperre dahin. Udos Flü-

che wurden kräftiger: „Statt zur Innenstadt zu gelangen, stand ich mitten in der Wildnis. Nach circa 15 Minuten rumirren war ich zum Glück wieder auf der Hauptstraße.“ Allerdings vorbei am Ort Gardelegen, wo die Mittagspause geplant war.

Jetzt halfen zwei Trinkflaschenfüllungen mit Cola an der Tanke über die nächsten Kilometer. Er waren immer noch 162 bis in die Hauptstadt. Und weitere Dämpfer lauerten auf die immer müder werdenden Beine. Udo war dem Irrglauben unterlegen, der letzte Rest nach Berlin sei flaches Terrain. Doch das Streckenprofil war ungnädig. „Keine großen Steigungen“, wie der Qualitätsmanager schildert, „aber mit dem Gegenwind kommt man nicht gerade schnell voran. Erschwerend kam noch hinzu, dass ich Krämpfe im linken Fuß bekam.“ Erst ein Straßenschild „Berlin 56 KM“ wirkte als Krampflöser.

Zu bremsen war Udo jetzt nur noch durch rote Ampeln. Das „erhebende Gefühl, solch eine Strecke allein mit dem Rad zu bewältigen“, tötete die Schmerzen. Und deshalb stand nach 14 Stunden und 10 Minuten im Sattel eine Gewissheit so fest wie das Brandenburger Tor auf Berliner Boden: „Ich würd's nochmal machen. Nur so kann man seine Leistungsgrenzen kennenlernen. Und Erfahrung sammeln, wie man seine Kräfte einteilen muss.“

	TACHOSTAND				Gesamt km
	Freitag	Samstag	Sonntag		
Andreas Brockmeyer	83	76	71		230
Michael Dragu	90	0	0		90
Stephanie Jachmann	24	24	210		258
Christoph Lescher	20	300	5		325
Michael Luismeier	0	105	0		105
Udo Möller	384	0	119		503
Markus Spiekermann	35	125	80		240
Volker Stüwe	68	0	0		68
Torsten Ziegler	0	105	0		105
Gesamtes Team	704	735	485		1924

Mit 77 Jahren, da fängt das Leben an

NW-TEAM ÖZTALER:

Christoph lernt MSR kennen

■ **Bielefeld.** Christoph Lescher hat am Wochenende ebenfalls eine sehr lange Strecke unter die Räder genommen – allerdings ist er zu den 300 Kilometern der Mecklenburger Seenrunde (MSR) kommod angereist. Mit der Bahn. Hier nun Auszüge aus seinem Tagebuch, das wie alle Tagebücher in voller Länge bei nw.de/oetztaleser zu lesen ist:

„Die Organisatoren geben sich wirklich viel Mühe, der Innenminister von McPomm ist vor Ort, auch Didi, der Tour-Teufel gibt sich ein Stelldichein, mehrere Bühnen sind aufgebaut, einige Buden, die kulinarisches anbieten und auch einige Verkaufsstände für Bike-Zubehör. Gestartet wird in Grüppchen a 10 – 15 Mann im 5-minütigen Abstand! Im Dauerregen ist in der Kleingruppe zu Beginn die große Eventstimmung nicht so recht spürbar, man fährt halt.

Ich habe viel Zeit zum Nachdenken und Beobachten. Neben mir fährt ein älterer Herr, der ganz gut mithält, nur an den längeren Wellen etwas zu kämpfen hat. Da ich zu dem Zeitpunkt noch keine Lust hatte, viel zu quatschen, erfahre ich erst deutlich später, dass er 77 Jahre alt ist. Unglaublich, was manche im hohen Alter noch können!

Mit der Zeit kristallisiert sich heraus, dass Karsten, Gunnar (ein Freund von ihm) und ich ein ganz passables Dreierteam abgeben. Bei ständigem und sehr böigem Wind haben wir nach kurzer Zeit raus, wie wir die Tour möglichst effektiv gestalten. Im Nachhinein haben wir festgestellt, dass uns nicht ein einziger Radler auf der Strecke überholt hat, hinter uns sich aber immer wieder Grüppchen bildeten. Das gipfelte darin, dass bei einem „Rote-Ampel-Stop“ ein Teilnehmer unserer hinten angegedockten Zufallsgemeinschaft zu mir nach vorne fuhr und fragte, ob „wir“ nicht mal ne Pinkelpause machen könnten, er müsse mal. Da wir ja kein Rennen fahren, sind wir dem Wunsch gerne nachgekommen.“

Zu bremsen war Udo jetzt nur noch durch rote Ampeln. Das „erhebende Gefühl, solch eine Strecke allein mit dem Rad zu bewältigen“, tötete die Schmerzen. Und deshalb stand nach 14 Stunden und 10 Minuten im Sattel eine Gewissheit so fest wie das Brandenburger Tor auf Berliner Boden: „Ich würd's nochmal machen. Nur so kann man seine Leistungsgrenzen kennenlernen. Und Erfahrung sammeln, wie man seine Kräfte einteilen muss.“



Mitfahrer im Ziel: Karsten Peitz und Gunnar Götz (v.l.) mit Christoph Lescher. FOTO: NW



NW-TEAM ÖZTALER Über die „falsche Gruppe“ bei der Sprintax-RTF und Intervalltraining am Bielstein

»Jetzt weiß ich präziser, was der Rennradler meint, wenn er von der „falschen Gruppe“ spricht. Es war bei der RTF des RC Sprintax Bielefeld am Samstag. Am ersten Verpflegungspunkt hätte ich ja auch einfach Nein sagen können, als Ex-Profi Jörg Ludwig mich animierte, in seiner Gruppe mitzufahren. Das wäre klüger gewesen. Ich sehe schon sehr früh mit einer gewissen Verzweiflung, wie Jörg vorne mit wenigen Kurbelumdrehungen beinahe spielerisch seine Kräfte schult, während bei mir die Akkuladung rast – Richtung null.

Im Windschatten, in dem man gut 30 Prozent Energie spart, halte ich vielleicht einen Kilometer aus. Dann wird es drollig. Ich lasse abreißen. Jörg wartet. Ich schließe dank meines Teamkollegen Markus auf. Jörg

zieht wieder an. Ich bin gegen den fiesen Wind noch 500 Meter dabei. Dasselbe Spiel wiederholt sich mehrfach. Nur halbtisch jedes Mal weniger aus. 400, 200, Aus! Und sicher noch rund 70 Kilometer durch den Teuto, also hügelig, zu absolvieren. Mit Waden wie Wackersteinen. Aber gottseidank mit Markus vor mir, neben mir, wo ich ihn jeweils am nötigsten hatte. Null Vorwurf an Jörg übrigens. Eher Dank für die Lehrminuten, an die mich die schmerzende Beinmuskulatur zwei Tage lang erinnert hat. Man muss sich selbst richtig einschätzen und darf sich nicht verleiten lassen, ein zu hohes Tempo mitzugehen. Sonst ist ein Rennen wie der Öztaler früh vorbei. Ohne das begehrte Finisher-Trikot.«

Torsten Ziegler (Teamchef)

»Gemessen an den Großtaten, die Christoph und Udo bewältigten, hatte ich nur Hausmannskost auf dem Rennrad geplant: Am Sonntag stand Intervalltraining beim RV Teutoburg an. Während wir üblicherweise unsere Trainingsausfahrten so gestalten, dass alle gemeinsam losfahren und auch so wieder ankommen, fährt an den



Krafteinheit: Andreas Brockmeyer zog am Wochenende Tochter Carra im Hänger. FOTO: BROCKMEYER

Intervalltrainingstagen jeder seine individuellen Belastungen. Wir vereinbarten zuvor einen gemeinsamen Treffpunkt. Hier warten alle, bis die Gruppe wieder komplett ist. Diesmal warten wir am Bielstein, dem „Nachbarberg“ des Hermann. Zwölf Fahrer sind am Start, zu neun gehen wir in den letzten Anstieg. Martin und Ste-



Helfer: Volker Stüwe (2.v.r.) war mit Henry, Laura und Sascha bei Sprintax im Dienst. FOTO: ZIEGLER

fan fahren ihre erste Ausbelastung in der Mitte des Anstiegs. Bogdan und ich können in Sichtweite bleiben, die anderen fallen zurück. Kurz vor dem Treffpunkt hat Bogdan noch die Energie für eine Krafteinheit. So müssen die drei etwas länger als ich auf die Nachfolgenden warten. Meine Vorbelastung bestand am Samstag aus knapp 130 Kilometern RTF mit Torsten und Michael Luismeier. Das war sicher nicht die optimale Vorbereitung. Lui ordnet sich gleich zu Beginn vorne ein und fährt gemeinsam mit ein paar schnellen Jungs von Alpecin. Das ist noch zu viel für Torsten. Als die schnellen Jungs merken, dass sie uns auseinander fahren, warten sie: „Ihr müsst Windschatten fahren.“ Wertvoller Hinweis.«

Markus Spiekermann (RV Teutoburg Brackwede)