



DONNERSTAG, 9. SEPTEMBER 2021



Bloß nicht noch ein Ohr abkauen

➤ Schon in der Bergpredigt heißt es ja sinngemäß: Beißt dir einer ins rechte Ohr, so halte ihm auch das linke hin. Oder so ähnlich. Evander Holyfield weiß es besser. Zweimal kämpfte er gegen „Iron Mike“ Tyson, siegte 1996 zunächst durch Technischen K.o., ehe Tyson in einem legendären WM-Kampf 1997 nach drei Runden disqualifiziert wurde. Er hatte Holyfield ein Stück seines rechten Ohres abgebissen. Jetzt könnte es zum seit Jahren heiß ersehnten „Tyson vs Holyfield III“ kommen. Jedenfalls steigt der mit 58 Jahren taufrische Holyfield an diesem Sonnabend wieder in den Ring, boxt in Florida gegen Ex-UFC-Champion Vitor Belfort (44) – 3780 Tage nach seinem letzten Kampf. Aber „The Real Deal“ Holyfield – Vater von elf Kindern (mit sechs Frauen) und einziger Boxer in der Geschichte, der viermal Schwergewichtsweltmeister wurde – verfolgt nur einen Plan, will noch einmal gegen Tyson kämpfen. Der 55-Jährige zielt sich noch. Aus Angst, glaubt Holyfield zu wissen. Apropos, Co-Kommentator des Fights – für 49,99 Dollar extra im Pay per View – ist kein Geringerer als der ehemalige US-Präsident Donald Trump. Jetzt soll man sich ausgerechnet von dem auch noch ein Ohr abkauen lassen. *tas*

Vergleich der Gespannfahrer

KÜKELS. Fünf Mannschaften aus verschiedenen Kreisen in Schleswig-Holstein nehmen am Sonnabend (ab 12 Uhr) und Sonntag am traditionellen Vergleichskampf der Gespannfahrer teil. Gefahren wird auf dem Hof von Gerd Winker in Kükels.

Die Ein- und Zweispänner messen sich in fünf Wettbewerben, bei denen neben dem Sport auch das Spiel und der Spaß im Vordergrund stehen soll. Während im Abteilungsfahren (Klasse E) und in der Einzeldressurprüfung (Klasse A) jeweils eine Aufgabe abverlangt und ebenso der Hindernisparcours nach Regelbuch gefahren wird, sind die Programmpunkte 4 und 5 als Abschluss mit Unterhaltungswert für Teilnehmer und Zuschauer gedacht. Ein Geschicklichkeitsparcours mit Stationen sowie die Teilprüfung „Spiel und Quiz“ werden so konzipiert sein, dass sie ohne sportliche Höchstleistungen und von jeder Altersklasse zu lösen sind.

Der Eintritt ist an beiden Tagen frei und es gilt die 3G-Regel. *maw*

IHR REDAKTEUR SEGBERGER SPORT

MARKUS WEBER
04551/904-31
sport@segeberger-sport.de



Eine gemächliche Art des Fußballs

Im TSV Nützen kann ab sofort Walking Football gespielt werden

VON THOMAS MAIBOM

NÜTZEN. Die Probanden lachen. Alle. Manche zwar etwas kurzatmig, aber sie lachen. Experiment geglückt. Denn dass die zuvor erlebten anderthalb Stunden so kurzweilig werden würden, hätten die wenigsten der zwölf Männer gedacht, die dem Aufruf von Ralf Thies, dem Vorsitzenden des TSV Nützen, gefolgt waren. Sie sollten ausprobieren, ob Walking Football eine Zukunft im Verein findet.

Die Motivation mitzumachen war manchmal durchaus unspornlich. „Ich bin nur hier, weil du uns nach dem Training Bier und Köömm versprochen hast“, sagte Marc Milbrodt. Die Kiste Bier hatte Thies tatsächlich organisiert, auf den Klaren aber verzichtet. Dafür hatten die Nützens die Erkenntnis erlangt, dass Spaziergehen mit Ball anstrengender sein kann als gedacht.

„Ich war auf der Suche nach einer Möglichkeit, unsere ehemaligen Spieler wieder aufs Feld und an den Ball zu locken“, sagt Ralf Thies. Dabei war er auf Walking Football gestoßen. „Das hörte sich interessant an, die Videos im Internet waren witzig. Das wollte ich ausprobieren.“ Einen Anruf später hatte er mit Andreas Merle vom Schleswig-Holsteinischen Fußballverband (SHFV) den Experten für Walking Football im nördlichsten Bundesland als Erststundenübungsleiter verpflichtet. Der brachte gleich einen ganzen Sack voller Utensilien mit. Bälle, Leibchen, Hütchen und zwei Leinen waren darin. „Das Tor beim Walking Football ist nur einen Meter hoch“, erklärt



Nützens Vereinsboss Ralf Thies freute sich über die gute Resonanz beim Schnuppertraining.



Es geht gemächlicher beim Walking Football zu. Ins Schwitzen gerieten die Spieler des TSV Nützen aber dennoch.

FOTOS: THOMAS MAIBOM

Merle. Das ergibt Sinn, denn beim Walking Football sind nur Schüsse bis maximal Hüfthöhe erlaubt. Und die Leine, auf halber Höhe in einem Handballtor gespannt, sorgt für schnell eingetragene Tore. „Tore schießen ist doch das, worauf es beim Fußball ankommt“, bringt es Miro Woßilus, einer der Erstlinge, auf den Punkt.

Bei Walking Football ist auf einige Besonderheiten zu achten. Das Feld ist 20x40 Meter groß, wie ein Handballfeld. Gespielt wird sechs gegen sechs in Vierteln zu je zehn Minuten Spielzeit. Laufen ist verboten, es muss immer mindestens ein Fuß auf dem Boden sein. Fliegt der Ball ins Aus, darf er mit einem Einkick zurück ins Spiel gebracht werden. „Das ist gut, da muss man sich nicht bücken“, sagt Woßilus grinsend.

Wie die meisten seiner Mitstreiter ist Woßilus seit Jahren raus aus dem aktiven Geschehen. Zu dicker Bauch, kaputte Knochen, Familie, Arbeit, die Gründe für das Ende der aktiven Fußballkarriere sind bei allen Teilnehmern vielfältig. „Ich hab meine Fußballschuhe nicht mehr gefunden, deshalb hab ich mir die von meinem Vater gegriffen“, erzählt Marc Milbrodt. Vadders Buffer wa-

ren dann der erste und einzige Verlust beim Training. Mitten in einer Übung stand Milbrodt plötzlich halb barfuß da. Die Sohle eines Treters hatte sich selbstständig gemacht. „Naja, die Schuhe sind aus den 80ern. Da kann so was schon mal vorkommen“, nahm Milbrodt das Malheur mit Humor. Aber auch einsehlich ließ er es sich nicht nehmen, weiter am Training teilzunehmen.

Walking Football ist eine tolle Sache, um Couch Potatoes wieder auf den Sportplatz zu holen.

Ralf Thies, Vorsitzender TSV Nützen

Das hatte Merle kurzweilig gestaltet. Erst etwas Laufschule, dann ein paar koordinative Übungen und schließlich kicken. Über den ersten Teil des Trainings lächelten die Probanden noch müde, wurden aber bei den koordinativen Übungen schnell an ihre Grenzen geführt. Für den dritten Teil des Trainings hatte Andreas Merle noch einen Basistipp parat. „Den Ball immer in den Fuß spielen, sonst kriegt

ihr den nicht“, sagte der erfahrene Übungsleiter. Nach ein paar missglückten Steilpässen kam die Message auch bei den Probanden an. „Am liebsten würde ich jetzt sprinten“, sagte Mirko Jungjohann nach dem x-ten verpassten Anspiel frustriert.

Verletzungsgefahr geringer, Spaßfaktor groß

Aber mit zunehmender Spieldauer wurden die Pässe präziser, es fielen folglich mehr Tore und es wurde immer mehr gelacht beim Training. Am Ende waren sich alle einig: Das hat mehr Spaß gemacht und war anstrengender als gedacht. „Walking Football ist eine tolle Sache, um Couch Potatoes wieder auf den Sportplatz zu holen. Die Verletzungsgefahr ist deutlich geringer als beim normalen Fußball, aber der Spaßfaktor stimmt“, sagt Ralf Thies. Damit haut er in die gleiche Kerbe wie die wenigen wissenschaftlichen Untersuchungen über diese Sportart. Fettverbrennung, Muskelaufbau, Senkung des Blutdrucks und eine Steigerung der Herzleistung seien Markenzeichen des Sports.

Schnell waren sich die Nützens einig, dass weitere Trai-

ningseinheiten folgen sollen. Da mit Yalcim Yelkenci vom FC Matin auch noch ein Gast aus Quickborn dabei war, der trotz seiner schweren Arthrose in den Beinen auch sofort viel Spaß am Walking Football fand, war auch schnell ein erster Gegner für ein Freundschaftsspiel gefunden. „Das klappt bei uns im Verein. Wir kommen Ende September auf ein Spiel vorbei“, kündigte Yelkenci an.

Beim TSV Nützen kann jeder mitmachen

Nur auf eines musste Ralf Thies bei der Premiere verzichten. Den Titel, als Erster im Kreis Segeberg Walking Football anzubieten. „Der SV Boostedt war schneller. Aber der bietet Walking Football nur für Frauen an“, fand Thies nach einer kurzen Recherche heraus. Gäste sind jedenfalls beim TSV Nützen gern gesehen. Unter 0171/999 02 20 können sie sich bei Ralf Thies anmelden. Mitmachen kann jeder, in Merles Trainingsgruppe in Kiel spielt beispielsweise ein Senior mit Beinprothese. Thies würde sich freuen, wenn diese gesunde Art des Kickens auch im näheren Umfeld von Nützen viele neue Freunde finden würde.

Aufschlag für Top-Neuzugang Niclas Nøhr

Badminton: Heimspiel-Doppelpack für Blau-Weiß Wittorf zum Bundesliga-Auftakt – Klassenerhalt als Ziel

VON CLEMENS BEHR

NEUMÜNSTER. Es geht wieder los für Blau-Weiß Wittorf in der 1. Badminton-Bundesliga. Am Sonnabend, 14 Uhr, starten die Neumünsteraner mit dem Heimspiel gegen den TSV Neuhausen-Nymphenburg in die neue Saison. Am Sonntag, 14 Uhr, kommt der SG Schornsdorf in die Sporthalle der Immanuel-Kant-Schule.

Ausnahmsweise starten im Badminton-Oberhaus in dieser Spielzeit elf statt zehn Mannschaften, sodass nach Abschluss der Punktspielrun-

demie abgebrochen wurde. Umso größer ist nun die Freude auf den Heimspiel-Doppelpack zum Auftakt in eine starke Bundesliga. „Durch das Zweitspielrecht, das seit letzter Saison gilt, kommen noch mehr internationale Spieler zum Einsatz. Die Liga ist noch besser geworden“, sagt Wittorfs Teamchef Ralf Treptau.

„Wir wären zufrieden, wenn wir die Relegation vermeiden könnten“, so Treptau.

Beim nördlichsten Bundesligisten gab es über den Sommer personell drei Änderun-

gen. Victoria Williams ist zum einzigen Aufsteiger, SV Funball Dortelweil, gewechselt. Neu im Kader sind der 30-jährige Däne Niclas Nøhr (Disziplin: Doppel/Mixed) und die 19-jährige Russin Anastasiia Shapovalova (vorrangig Einzel). Während Shapovalova am Wochenende nicht dabei ist, wird Nøhr sein Liga-Debüt feiern. Der Linkshänder, der 2019 und 2021 Mixed-Team-Europameister mit Dänemark wurde, steht aktuell in den Top-70 der Weltranglisten (Mixed: Nr. 32, Doppel: Nr. 70).

„Niclas ist ein absoluter Topspieler. Wir freuen uns sehr, dass er uns verstärkt. Aufgrund internationaler Turnierverpflichtungen wird er uns jedoch nicht immer zur Verfügung stehen können und somit hoffen wir auf möglichst viele Einsätze für uns“, erklärt Treptau.

Ebenfalls im Spieltags-Kader für den Ligastart ist Matthias Kicklitz. Der 19-Jährige hatte Ende August bei den deutschen Meisterschaften im Herreneinzel die Bronzemedaille geholt.