

Free-Fight: Yasin Mengüllüoğlu bereitet sich auf die EM vor

Trainingslager in Thailand

Noch knapp ein Vierteljahr, dann steigt in Dresden die Europameisterschaft im Free-Fight. Der Böblinger Yasin Mengüllüoğlu wird dabei in den Ring steigen, will dort, wo er vergangenes Jahr deutscher Meister wurde, erneut glänzen. Mit einem harten Vorbereitungsprogramm hat er längst begonnen. Der 31-Jährige wird sich in den kommenden Wochen fast täglich stundenlang quälen, um sich am 17. Mai gegen harte Konkurrenz schadlos zu halten.

VON DIRK HAMANN

Free-Fight ist die härteste Kampfsportart, die es gibt. Fast alles ist bei einem Duell im Ring erlaubt, Haare ziehen, kratzen, beißen, Schläge und Tritte in den Unterleib oder gegen den Kehlkopf ausgenommen. Die Bezeichnung dieser Disziplin kommt für Yasin Mengüllüoğlu dennoch etwas zu hart rüber. „Ich nenne sie lieber Mixed Martial Arts. Es ist ein Sport der gemischten Kampfkünste. Nur wer in unterschiedlichsten Bereichen gut ist, kann im Wettkampf bestehen“, doziert er.

Der Böblinger ist hauptberuflich Kampfkunstlehrer. Er gibt Kurse für Gruppen im Paladion der SV Böblingen, hält Seminare in München, Mailand oder auf Sizilien. Bei der DM im Free-Fight hat er vergangenes Jahr nur teilgenommen, um Selbsterfahrung zu sammeln. Dass er, ohne einen einzigen blauen Fleck abbekommen zu haben, gewonnen und sich damit für die EM qualifiziert hat? Kam für ihn selbst überraschend. So unerwartet, dass dem ursprünglich einmalig geplanten Ausflug in den Ring nun weitere Auftritte folgen. „Ich habe gemerkt, dass mir dieser Sport gefällt, dass ich mit den Profis mithalten kann“, verrät Mengüllüoğlu. „Ich werde trotzdem wahrscheinlich nur noch bei der EM antreten. Der Aufwand, sich für so eine Veranstaltung vorzubereiten, ist für mich nicht oft zu bewerkstelligen. Das lässt sich mit meinem Beruf nicht vereinbaren.“

Der 31-Jährige hat, um nicht völlig außer Tritt zu geraten, zwischendurch in Mailand einen Kampf bestritten. Verpflichtet wurde er als Gegner für einen starken Brasilianer, angetreten ist er schließlich gegen einen abgezockten Profi aus England. „Den habe ich beherrscht, zwei Runden lang vermöbelt – obwohl die Rahmenbedingungen dort für mich alles andere als gut waren“, erzählt Mengüllüo-

glu und streicht über sein kahlgeschorenes Haupt. „Dann habe ich einen einzigen Fehler gemacht, wurde gehebelt und habe verloren.“ Tragisch nimmt er diese Niederlage nicht. „Sie war unnötig, bringt mich aber weiter. Ich habe daraus gelernt.“

Umso akribischer trainiert der Böblinger nun für die EM, wo am 17. Mai, sollte er das Finale erreichen, gleich drei Kämpfe auf ihn warten. Er weiß: Nur wenn er in Dresden topfit antritt, hat er eine Chance. Das Programm, das sich der Ebmas-Wing Tzun-Lehrer bis dahin verschrieben hat, klingt mörderisch. Erst ein dreiwöchiger Trip nach Thailand, um dort in einem abgelegenen Camp zusammen mit Thai-Boxern zu schufften – auf eigene Kosten, versteht sich. Dann folgen etliche Einheiten zu Hause, gespickt mit Sparringsrunden in verschiedenen Disziplinen. Dazu trifft er sich regelmäßig mit einem Brazilian Jiu-Jitsu-Weltmeister, mit einem Spitzen-Schwergewichts-Judoka aus Marokko und dem Boxer Benjamin Schmidt, um für alle erdenklichen Distanzen gewappnet zu sein. „Es warten spaßige Wochen auf mich“, sagt Mengüllüoğlu sanft lächelnd. „Mein Nachteil ist es nur, dass ich alles selbst organisieren, mich um alles selbst kümmern muss. Profis haben viele Leute um sich rum, die ihnen alles abnehmen. Das fängt bei der Zusammen-

stellung des Ernährungsplans an und hört bei der Trainingsgestaltung auf.“

Free-Fight-Profis sind es allerdings, mit denen sich der Böblinger in Dresden messen will. Kämpfer, die aus Russland, Polen oder Tschechien stammen. Kontrahenten, die wie er nicht des Geldes wegen bei der EM antreten – zu verdienen gibt es für die Starter kaum etwas. Ihnen geht es darum, sich den Titel zu sichern, der Türen in Japan oder den USA öffnen kann, wo in ihrer Sportart eine Menge Zaster im Umlauf ist. Seine Gegner, deren Stärken und Schwächen kennt Mengüllüoğlu nicht. Respekt vor ihnen hat er allemal. „Angst habe ich. Noch“, räumt er ein. „Die verschwindet erst kurz vor der EM. Im Kampf denke ich dann nicht mehr daran, dann vertraue ich meinen Stärken und reagiere intuitiv.“

Für die Zukunft Mengüllüoğlus ist es relativ unerheblich, ob er Europameister wird oder nicht. Er will sich anschließend wieder als aktiver Kämpfer zurückziehen, sich um seine Projekte und Schüler kümmern. „Ich habe vor, Kinder zu unterrichten“, blickt er voraus. „Zweimal in der



Yasin Mengüllüoğlu: Bei der Free-Fight-EM noch einmal im Ring Foto: Archiv

Woche. Mit Aggressiven, um ihnen die Gewaltbereitschaft zu nehmen, und mit Ängstlichen, um sie selbstbewusster zu machen.“ Zudem hat er vor, einige der Sportler, die momentan unter seinen Fittichen trainieren, so auszubilden, dass sie selbst einmal in der Lage sind, Kämpfe zu bestreiten – im Bereich der gemischten Kampfkünste natürlich. „Ich glaube, dass

das Interesse an Mixed Martial Arts in Europa, wie schon in den USA oder Japan geschehen, an Popularität zunehmen wird, sobald die Leute merken, dass dieser Sport längst nichts mehr mit brutalen Kämpfen in Käfigen zu tun hat“, sagt Yasin Mengüllüoğlu. „Vielleicht werde ich dann eines Tages an den Ring zurückkehren. Als Trainer natürlich.“

Kurzpässe

Am Ende der Vorbereitung auf die Rückrunde in der Fußball-Landesliga, Staffel III, scheint der Akku beim SV Althengstett leer. Spielleiter **Helmut Weiß** sah bei der 0:3-Niederlage seiner Mannschaft beim VfR Pforzheim wenig Erbauliches, auch wenn er dem VfR für seine starke Truppe Respekt zollte. „Bis zum Spiel gegen Freudenstadt am Sonntag müssen wir uns steigern, sonst bekommen wir die Kiste voll.“

★

Der letzte Test des Landesligisten SF Gechingen beim TSuGV Großbettingen ging mit 1:2 verloren. **Florian Gehring** konnte durch einen Treffer seine Ansprüche auf einen Platz in der Stammelf untermauern.

★

In der Vorbereitung auf die Rückrunde kamen die B-Jugendlichen der Stuttgarter Kickers zweimal ins Boxcenter des VfL Sindelfingen. Mit hartem Boxtraining wurden die jungen Fußballer von **Thomas Kugler**, **Tommy Nasemevic**, **Fatih Dogruer** und **Rainer Rodriguez** auf Vordermann gebracht. Diese vereinsübergreifende Initiative fördert den Respekt gegenüber der anderen Sportart. Der VfL Sindelfingen will diese Kontakte wiederholen, möglich wären künftig auch Wettkampfbesuche.

★

Es wird weiter getestet in dieser Woche. Angesetzt sind folgende Begegnungen: TuS Ergenzingen – SV Nufringen, TSV Ehningen – SV Deckenfronn, TV Darmsheim – SV Rohrau (alle Mittwoch, 19 Uhr), VfL Herrenberg – TSV Grafenau, Spvgg Holzgerlingen – SpVgg Weil im Schönbuch (beide Donnerstag, 19 Uhr) und SV Fellbach – SV Böblingen (Donnerstag, 19.30 Uhr).

Tischtennis: WM in Guangzhou

Dänemark trotz Mie Skov draußen

Böblingen (sc) – Mie Skov ist Spitze, doch ihre dänischen Team-Kolleginnen können nicht mithalten. Deshalb kassierte Dänemark bereits drei Niederlagen bei der Mannschafts-Weltmeisterschaft im Tischtennis in Guangzhou (China) und kann sich den Aufstieg in die erste Kategorie abschminken.

2:3 gegen Indien, 0:3 gegen Indonesien und 2:3 gegen Estland waren bisher die Resultate. Dabei holte Mie Skov, 21-jährige Spielerin der SV Böblingen, alle vier dänischen Punkte und hat damit eine WM-Bilanz von 4:1. Die Mannschafts-Titelkämpfe in China dauern noch bis Sonntag.

Fußball: Knut Kircher ist zu haben

Plauderstunde mit Prominentem

Gärtringen (red) – Den Gärtringer Karl Paul kennt man von seinen Auftritten bei den „Fleckabeasa“, als Komparse in einigen Tatort-Krimis und natürlich als Organisator von Benefizveranstaltungen. Zu seinem 25-jährigen Benefizjubiläum hat sich der 58-Jährige etwas ganz Besonderes einfallen lassen: Er versteigert Knut Kircher (Rottenburg) für einen Abend. Kircher ist seit der



Knut Kircher: Im Angebot Foto: Bischof

Saison 2001/2002 Schiedsrichter in der Fußball-Bundesliga und seit 2004 FIFA-Schiedsrichter. Sein erstes A-Länderspiel war die WM-Qualifikationspartie zwischen Andorra und Rumänien. „Kircher wird einen Vortrag halten und danach im Gespräch mit mir hoffentlich nette Geschichten aus dem Bundesliga-Alltag erzählen“, so Paul.

Das Ganze natürlich wie immer für einen guten Zweck, kommt doch der Erlös der Knochenmarkspenderdatei in Tübingen zugute. Das erste Gebot für den prominenten Unparteiischen steht bei 1500 Euro, vorgelegt von Gastwirt Alex Efsthathiou aus Herrenberg. Mitsteigern kann man bei Karl Paul, Staufenstraße 13, 71116 Gärtringen, Telefon (01 77) 28 12 110, oder über karl.paul@gmx.de im Internet.

Interview mit Trainer Martin Oßwald

Noch eine Saison als Spieler

Gärtringen – Die Fußballabteilung des FC Gärtringen macht Nägel mit Köpfen. „Wir werden die jederzeit hervorragende Zusammenarbeit mit Spielertrainer **Martin Oßwald** weiter fortsetzen“, hat FC-Spielleiter **Klaus Löffler** bekannt gegeben.

Bei der Gelegenheit wurde auch gleich der Vertrag mit Rolf Gaiser von der zweiten FCG-Mannschaft (Kreisliga B) verlängert.

Für Martin Oßwald, der seit wenigen Tagen auch stolzer Inhaber der Trainer-A-Lizenz ist, wird es dann die fünfte Saison beim Landesligisten. Die KRZ hat sich mit ihm darüber unterhalten.

Zurzeit geht's aber Schlag auf Schlag bei Ihnen.

Wie meinen Sie das?

Na ja, erst die erfolgreich bestandene Trainerprüfung in Köln und jetzt die Vertragsverlängerung beim FC Gärtringen.

Ach so. Ich habe immer gesagt, erst mache ich meine Lizenz, dann setzen wir uns zusammen. Die A-Lizenz war mein erklärtes Ziel als Trainer (Anm. d. Red.: Damit ist Martin Oßwald berechtigt, Mannschaften bis zur Regionalliga, der Frauen- und Junioren-Bundesliga zu trainieren), ob das mal weiter nach oben geht, bleibt abzuwarten.

Anfragen in diese Richtung gab's keine?

Zum jetzigen Zeitpunkt nicht. Da war nichts in Aussicht, was mich reizen konnte.

Es wird Ihr fünftes Jahr in Gärtringen. Eine lange Zeit im schnelllebigen Fußball.

Ich bin damals mit der Vorgabe angetreten, das Amt drei Jahre zu übernehmen, weil man in diesem Zeitraum auch etwas bewegen kann. Ich glaube, das ist uns gelungen, wir sind immerhin in die Verbandsliga aufgestiegen, auch wenn wir dort nur ein Jahr waren. Aber es stimmt schon, das fünfte Jahr bei einem Verein wird nicht leicht. Das zeigt sich schon in dieser Saison.

Warum? Der FC Gärtringen ist aktuell Fünfter, das kann sich doch sehen lassen.

Meine Zielsetzung vor der Runde war ein Platz zwischen eins und fünf. Den sofortigen Wiederaufstieg zu schaffen, das ist kaum machbar.

Sie haben die Saison aber doch noch nicht abgehakt?

Natürlich nicht, aber ich kann die Tabelle lesen. Wir haben sieben Punkte Rückstand auf den Tabellenzweiten SV Nehren, der zugegebenermaßen auch keine Übermannschaft ist. Wenn es uns aber in den ersten drei Spielen gegen Tuttingen, in Böblingen und daheim gegen Nehren nicht gelingt, den Rückstand entscheidend zu verkürzen, ist kaum noch was zu machen. Die Spiele werden schließlich immer weniger.

Heißt das, Ihr Augenmerk richtet sich ab sofort auch schon auf die kommende Runde?

Ich habe deshalb so frühzeitig in Gärtringen zugesagt, damit die Weichen entsprechend gestellt werden können. Zum Beispiel auch, was meine Person betrifft. Nächste Saison wird definitiv meine letzte als Spieler. Ich bin 36, werde im Oktober 37 – und höre auf, bevor mir die Jungen weglauen. Das passiert zwar schon heute immer mal wieder, aber noch kann ich locker mithalten. Vielleicht setze ich mich aber auch schon nächste Saison auf die Bank, wenn mein Einsatz nicht mehr unbedingt nötig ist. Probleme hätte ich damit keine.

Und was ist mit dem Rest der Mannschaft?

Mit Leistungsträgern wie Timo Sauer, Holger Betzel oder Timo Renz wollen wir als Erstes Klarheit schaffen. Daneben wird und muss es aber auch Änderungen im Kader geben, damit die Konkurrenz wieder größer wird. Klar ist mir auch, dass wir voraussichtlich nicht alle halten können und werden, also wieder etwas aufbauen müssen. Dafür haben wir Spieler im Auge, mit denen wir schon vergangenes Jahr lose Kontakte geknüpft haben und die wir jetzt konkret ansprechen, da feststeht, dass ich und auch mein Co-Trainer Jochen Wild in Gärtringen weitermachen werden. Doch das ist Zukunftsmusik. Zunächst geht es darum, am Sonntag mit einem Heimsieg gegen Tuttingen ins neue Jahr zu starten.

Die Fragen stellte Michael Stierle



Spielertrainer Martin Oßwald: Ein weiteres Jahr beim FC Gärtringen Foto: wink