

Jedes Kind soll möglichst mit einem roten Kopf und lachend das Feld verlassen



Roger Zeißner, geb. am 1. März 1969, ist als Mini-Trainer und Geschäftsführer des Gesamtvereins (Teilzeit) beim ESV München aktiv. Der leidenschaftliche Hockeyfan - „ich habe mich in Hockey verliebt“ - spielte bis Mitte der 90er Jahre unter anderem mit dem HC Schweinfurt in der Regionalliga, später beim HC Wacker in München und dem SB DJK Rosenheim. Kennengelernt hat der studierte Volkswirt und „Sportmissionar“ den Hockeysport erst mit 14 Jahren über den Schulsport und fortan dafür Fußball und Rennradfahren hintenangestellt. Neben seinem Engagement beim ESV verantwortet Roger seit 2006 auch einen Teil der Nachwuchsarbeit für die 12- bis 16-Jährigen im Bayerischen Hockeyverband. Selbst spielt er ab und zu noch aus alter Verbundenheit bei den Rosenheimer Herren in der Verbandsliga, die er früher selbst trainierte. Für 2011 hat er sich zudem vorgenommen, einen Marathon zu laufen, weil man „mit 42 Jahren in einem guten Alter ist für die 42 Kilometer“. Wir fragen Ende des Jahres nach, Roger!

Hockey beim ESV gibt es seit 80 Jahren. In jüngster Zeit hat sich die Hockeyabteilung mit etwa 400 Mitgliedern zur drittgrößten Abteilung des rund 5000 Mitglieder starken Gesamtvereins gemauert. Ein wichtiger Grund dafür ist die kontinuierliche Jugendarbeit. Mittlerweile bereichern knapp 300 Kinder und Jugendliche das Vereinsleben der Hockeyabteilung, darunter seit der letzten Saison auch eine Rekordzahl von fast 60 Minis unter 7 Jahren. Was aus denen wohl in zehn Jahren wird, fragt sich so manche(r) Vater oder Mutter, wenn der eigene Nachwuchs gerade mal wieder in die Luft starrt oder voller Selbstverwunderung am Hockeytrikot zupft, während der Ball gerade vorbeirollt. „Weder Sieg noch Niederlage sind in dem Alter besonders aussagekräftig. Es kommt auf ganz andere Dinge an bei den Kleinsten“, sagt Mini-Chefcoach Roger Zeißner im *ESV Aktiv* Interview. Konzentration, Koordination und Spaß am Spiel sind die Kernpunkte in der Philosophie des Bayerischen Hockeyverbandes, für den Zeißner seit 2006 als Verbandstrainer arbeitet.

ESV Aktiv: Hockey wird immer mehr zur Trendsportart. Wie alt sollte ein Kind denn mindestens sein, wenn es mit Hockey beginnt? Welche Fähigkeiten soll es mitbringen?

Roger Zeißner: Am liebsten hat ein Trainer die Kinder schon im Mini-Alter, also vor der Einschulung. Spätestens zur Grundschulzeit sollten Mädchen und Jungen mit dem Hockey-Sport in Berührung kommen, um technisch gut zu werden – denn Hockey ist ein relativ anspruchsvoller Sport, vergleichbar etwa mit dem Tennis. Generell gilt: Je sportlicher das Kind ist, desto später kann es auch noch Hockey erlernen.

ESV Aktiv: Welche Fähigkeiten sollten die Kinder zum ersten Training mitbringen?

Roger: Im Mini-Alter reicht der Spaß an der Bewegung und im Spiel mit anderen Kindern völlig aus. Alle anderen Fähigkeiten wie Koordination und der Umgang mit Ball und Schläger können sie im Training erlernen. Wichtig ist, dass die Kinder es eine dreiviertel Stunde schaffen, sich zu konzentrieren und in so

einer Trainingseinheit ohne Unterstützung der Eltern auszukommen. Manche Kinder schaffen das mit vier Jahren, andere mit fünf, manche auch erst später.

ESV Aktiv: Mit annähernd 60 Minis und insgesamt 300 Kindern und Jugendlichen gehört der ESV mittlerweile zu den großen Hockeyvereinen in München. Was unterscheidet das Konzept von anderen Hockeyvereinen?

Roger: Das Konzept für Kinder- und Jugendtraining ist in allen guten Vereinen relativ ähnlich, abgeleitet von den Empfehlungen des Deutschen und des Bayerischen Hockeyverbandes, dem ich ja auch als Verbandstrainer angehöre. Der ESV unterscheidet sich von vielen anderen Clubs, weil er entschieden hat, einen hauptamtlichen erfahrenen Trainer schon für die Jüngsten einzusetzen, was sonst oft erst für ältere Jahrgänge erfolgt.

ESV Aktiv: Bei Spieltagen ist oft zu beobachten, dass der ESV viele Minis ins Rennen schickt und die besten anderen Clubs weniger, aber dafür schon strukturierter spielende Kinder, die viel gewinnen.

Roger: Weder Sieg noch Niederlage sind in dem Alter besonders aussagekräftig. Und wenn man genauer bei den technisch herausragenden Mannschaften hinsieht, die schon in der Mini-Klasse alles gewinnen, dann sind es meist dieselben drei, vier kleinen Superstars, die ihrer Mannschaft den Sieg bringen. Das ist toll für diese Kinder, die oft schon länger spielen als das Gros unserer Jüngsten, weil ihre Eltern aktiv höherklassiges Hockey gespielt haben. Wer mit Hockey quasi schon im Windelalter in Berührung kommt, ist einfach weiter als die anderen. Auf solche Ausnahmen können wir aber keine Jugendarbeit aufbauen.

ESV Aktiv: Welchen Prinzipien folgt denn die Nachwuchsarbeit des ESV?

Roger: Wir legen beim ESV viel Wert darauf, die Kleinsten koordinativ gut auszubilden. Der Spaß an der Bewegung und dem Sport an sich soll im Vordergrund stehen. Denn später wird das nicht mehr trainiert, da geht es dann viel um Technik, Kon-



Ein Maxi ganz Mini: ESV-Trainer Roger Zeissner

dition und eben hockeyspezifischen Spielweisen und Taktiken. Die Erfahrung zeigt: Wer das schon mit den Minis zu früh zu fokussiert übt, ist in der Gefahr, früher als nötig viele Kinder zu verlieren, weil sie nach zehn Jahren Hockey pur übersättigt sind. Das wollen wir vermeiden.

ESV Aktiv: Und was wollt Ihr erreichen?

Roger: Es geht darum, möglichst im Jugendbereich und auch bei den Erwachsenen ausreichend große und gleichmäßige Kader zu bekommen. Für eine Hallenmannschaft braucht ein Verein wenigstens 11, für eine Feldmannschaft wenigstens 16 Spieler oder Spielerinnen desselben Niveaus, um eine vernünftige Mannschaft aufzustellen. Das schafft man nur, indem man viele junge Talente breit ausbildet. Dafür steht der ESV in seiner Nachwuchsarbeit. Im Interesse vieler Kinder ist es auch, breitensportlich zu denken. Ein Kind, das sich irgendwann, aus welchen Gründen auch immer, gegen Leistungshockey entscheidet, soll dem Sport als solches auf jeden Fall erhalten bleiben. Das ist nur zu schaffen, indem man den Kindern Spaß an Bewegungen vermittelt, die sie auch unabhängig vom Hockeysport für ihre weitere Entwicklung und ihre Gesundheit brauchen.

ESV Aktiv: Was macht für Dich einen guten jugendlichen Hockeyspieler aus?

Roger: Es fängt bei der Einstellung an. Ein guter Hockeyspieler ist gerne sportlich und meidet Rolltreppen und Aufzüge. Er oder sie ist fair, teamorientiert und bereit, sich für seine Mitspieler einzusetzen. Zudem muss der Wille und die Einsicht da sein, neben zweimal Training die Woche noch wenigstens einmal etwas Grundlagentraining zu betreiben, etwa Laufen oder Radfahren, soweit es die Schule zulässt.

ESV Aktiv: Stichwort Schule. Das achtjährige Gymnasium (G8) fordert viele Kinder enorm. Manche schaffen dann gerade noch eine Sportart oder ein Instrument nebenher zu erlernen. Bis zu welchem Alter muss man sich entscheiden, wenn man leistungsmäßig Hockey spielen will?

Roger: Etwa in der 5. Und 6. Klasse, weil da der Druck der Schule langsam größer wird und die Kinder in der Regel eben

nurmehr eine Sportart schaffen. Später kommt dann die Pubertät, in der die Jugendlichen sich nochmal bewusst für oder gegen ihre Hobbys entscheiden, weil eben andere Interessen wie Freund oder Freundin dann in den Vordergrund rücken. Nur wer Spaß hat, ausdauernd und gut spielen und eben nicht übersättigt ist vom Hockeysport, schafft es, dieses Spiel bis ins höhere Alter gut zu spielen.

ESV Aktiv: Wie lange kann man Hockey leistungsmäßig spielen?

Roger: Das kommt auf das Niveau an. In der Bundesliga bis etwa Anfang 30, sonst hochklassig bis Mitte 30 etwa, wenn man körperlich fit bleibt. In Richtung Verbandsliga auch sehr viel länger, je nach körperlicher Verfassung. Es gibt ja zudem noch Elternhockey und Seniorenhockey, das ich zum Beispiel auch betreibe.

ESV Aktiv: Der ESV lebt den Breitensport und mit den ersten Herren in der höchsten bayerischen Spielklasse, der Oberliga auch im Leistungssport aktiv. Ist dieser Spagat auf Dauer durchzuhalten?

Roger: Auch die Damen des ESV haben Chancen, in die Oberliga aufzusteigen. Damit sind beide Teams aber noch nicht so weit weg von der Basis. Das echte Leistungssportniveau, das wir durchaus in einigen Jahren anstreben, beginnt erst ab Regionalliga aufwärts. Insofern kann von einem Spagat noch keine Rede sein. Unser Ziel ist es, eine breite Basis in der Jugend aufzubauen, aus der wir dann auch für die Spitzenteams später zehren können. Primäres Ziel ist es aber erst einmal, im Jugendbereich in möglichst allen Altersklassen die Oberliga zu erreichen und hier eben auch mal um die Bayerische Meisterschaft mitzuspielen.

ESV Aktiv: Worauf legst Du als Trainer den größten Wert und warum?

Roger: Für mich im Mini-Bereich ist der Spaßfaktor momentan das Wichtigste. Jedes Kind soll möglichst mit einem roten Kopf und lachend das Feld verlassen, egal ob nach dem Training oder nach einem Spieltag. Das ist die beste Gewähr dafür, dass es Hockey mag und länger dabei bleibt. Es gibt so viel Druck auf die Kinder in allen möglichen anderen Lebensbereichen. Hockey soll für die Kinder ein attraktives, möglichst das attraktivste Freizeitangebot sein.

ESV Aktiv: Die ehemalige US-Präsidentschaftsbewerberin Sarah Palin bezeichnete sich selbst als „Hockey-Mom“ und machte den Begriff bald auch in Europa populär. Wie können sich Hockey-Moms und -Dads beim ESV denn am besten einbringen?

Roger: Indem sie Interesse für den Sport ihres Sprösslings mitbringen und Fans werden. Ich bin gerne bereit, Fragen zu beantworten. Wenn die Eltern verstehen, was den Sport ausmacht, sind sie in der Regel auch bereit, mal als Betreuer in der Mannschaft oder bei Fahrten zu Auswärtsspielen zu helfen.

ESV Aktiv: Und wo sollten sich Ma und Pa lieber zurückhalten?

Roger: Es ist ungünstig, wenn die Eltern beim Spieltag vor lauter Mitfiebern in die Trainerrolle schlüpfen und die Kinder anleiten, parallel und womöglich auch noch mit denselben Zurufen wie die Trainer. Das verwirrt die Kinder, sie verlieren die Konzentration. Es ist besser, wenn nur einer ruft „Schläger runter, nach vorne, passen“ – und das sollte der Trainer oder die Trainerin sein.

ESV Aktiv: Spieltage sind nicht nur für die Kinder eine große Aufregung. Viele Eltern bangen schon am Morgen um die Laune ihrer Sprösslinge, falls diese befürchten, zu verlieren, was bei Anfängern ja durchaus vorkommt. Wie können Eltern ihre Kinder am besten motivieren oder auch trösten?

Roger: Sie können und sollten mit den Kindern Spieltage nicht nach dem Ergebnis reflektieren. Der Hockeyverband erstellt ohnehin erst Tabellen, wenn die Kinder 12 Jahre oder älter sind. Vor dieser Zeit, das ist Konsens in Fachkreisen, sind die Ergebnisse zweitrangig. Vor diesem Hintergrund ist es am besten, wenn Eltern mit ihren Kindern hinterfragen, wie ihr persönlicher Hockeytag gelaufen ist, ob sie selbst mit sich zufrieden sind, ob sie sich fit und wohl fühlen in der Mannschaft.

ESV Aktiv: Provokant gefragt, ist das nicht ein bisschen 68er-Methode?

Roger: Nein, finde ich nicht. Die Eltern können ja mit ihren Kindern durchaus besprechen, ob sie es geschafft haben, Tore zu verhindern und Tore zu schießen. Aber es geht darum, dass sie sich selbst von Spiel zu Spiel verbessern, der Rest kommt später von alleine. Zudem habe ich ja vorher schon gesagt, Hockey hat viel mit der inneren Einstellung zu tun, der Disziplin, regelmäßig zu trainieren und auch für seine Mannschaftskollegen da zu sein. Das sind alles Werte, die nun wirklich nicht gerade mit 68er-Erziehung in Verbindung gebracht werden. Und: Kinder müssen auch lernen, verlieren zu können. Das bessere Team hat es verdient, zu gewinnen.

ESV Aktiv: Muss es denn überhaupt schon für die Minis Turniere geben, wenn die Ergebnisse eh nicht zählen?

Roger: Nein, Turniere muss es nicht geben. Ich bin ein Gegner davon, eben weil es die Kinder ganz früh auf die falsche Fährte schickt, gewinnen zu müssen und darauf ihr ganzes Spielverhalten auszurichten. Spieltage dagegen sind gerade für die Minis wichtig, um mitzuerleben, wie es ist, Fans zu haben und mit anderen Kindern aus anderen Vereinen zu spielen. Zudem lernen sie dabei Stück für Stück das Regelwerk. Die Gemeinschaftserfahrung mit der eigenen Mannschaft prägt sich ein bei den Kindern und motiviert fürs nächste Training.

Vorabdruck des Interviews mit Roger Zeißner, das in der kommenden Ausgabe der ESV Aktiv erscheint.