

„Mein Leben fühlt sich einfach richtig an“

Es wirkt ein bisschen chaotisch, was in der Sporthalle der Sophienschule stattfindet. Die Spieler*innen fahren mit ihren Sportrollstühlen kreuz und quer durch die Halle, passen sich auf Zuruf die Bälle zu, fangen, fahren, rufen, werfen – all das wiederholt sich unzählige Male. Was so unvorhersehbar wirkt, folgt einem System. Die Abfolge der Aktionen ist Teil des Trainings der Rollstuhlbasketballspieler*innen von Hannover United. Mittendrin: Team BEB-Mitglied Tobias Hell. Der 23-Jährige ist seit vier Jahren Teil dieser Bundesligamannschaft sowie der Rollstuhlbasketball-Nationalmannschaft. Mit Hannover United hat er 2023 den EuroCup gewonnen, mit der Nationalmannschaft wurde er Vierter bei der Europameisterschaft und Achter bei der Weltmeisterschaft. Eine schnelle Entwicklung, wenn man bedenkt, dass der Spieler, der durch die Bildung eines Blutschwamms im Rückenmark im Alter von knapp sieben Jahren eine inkomplette Querschnittlähmung hat, erst im Alter von 15 Jahren den Rollstuhlbasketball für sich entdeckte.

„Die schönsten Dinge im Leben sind nicht planbar“

Dass der gebürtige Sachse die Chance bekam, sich zu einem der besten Spieler Deutschlands zu entwickeln, hat er dem einen oder anderen Zufall zu verdanken. Beim Einkaufen mit seinem Vater wurde er von seinem späteren Trainer angesprochen und zu einem Probetraining eingeladen. „Die Cottbuser haben damals neue Leute für die Regionalliga gesucht. Da ich Rollstuhlbasketball in der Reha schon mal ausprobiert und ohnehin darüber nachgedacht hatte, es vielleicht regelmäßig zu spielen, habe ich zugesagt“, erinnert sich Tobias Hell. Trotz der drei Stunden Fahrzeit zum Training blieb er dabei. „Meine Eltern haben mich immer sehr unterstützt“, sagt er. Bis zum Abitur trainierte er zweimal pro Woche und wurde zum festen Bestandteil des Regionalliga-Teams. Einer Einladung zum Landeskader folgte die Sichtung für die U19-Nationalmannschaft und später die Aufnahme in die U23-Nationalmannschaft. „Ich hatte eigentlich nie vor, Profisportler zu werden, aber die schönsten Dinge, die im Leben passieren, hat man meistens nicht geplant“, sagt er achselzuckend.

Tobias' Glück: Sein heutiger Heimtrainer Martin Kluck war damals U19-Nationaltrainer und hat ihn gewissermaßen entdeckt. Auch seine Teamkollegen Alexander Budde und Oliver Jantz kannte er aus diesen Kreisen. Und wie es ein weiterer Zufall so wollte, wurde bei Hannover United im Kader eine Position frei, die perfekt zu Tobias passte. „Da habe ich mir gesagt: Wenn ich dem Ganzen eine Chance geben will, dann in Hannover.“ Dabei war er davon ausgegangen, zunächst in der zweiten Mannschaft zu spielen, um erst einmal anzukommen. „Aber Martin hat mir unglaublich großes Vertrauen entgegengebracht und mich sofort in die erste Mannschaft aufgenommen.“ Seine Schnelligkeit, Spielintelligenz und Kommunikationsfähigkeit haben den Trainer überzeugt.

Nie an der Entscheidung gezweifelt

„Die ersten Wochen Training haben sich wie die Hölle angefühlt. Ich war wahrscheinlich etwas naiv und hätte niemals gedacht, dass es so anstrengend sein könnte“, sagt Tobias schmunzelnd. Abends sei er einfach nur kaputt gewesen und hätte überhaupt keine Zeit gehabt, an der Entscheidung, nach Hannover gegangen zu sein, zu zweifeln. Am Ende seiner ersten Bundesligasaison hat sich das alles dann aber „einfach richtig angefühlt“. „Ich könnte mich in keiner Mannschaft wohler fühlen“, sagt er und strahlt. Und das gilt auch für die Nationalmannschaft, in der einige seiner Vereinskollegen ebenfalls Mitglied sind. Das schweißt noch mehr zusammen.

Inzwischen hat sich bei Hannover United viel verändert. Nicht nur hat der Verein seit Ende des Jahres an der Sophienschule eine neue Wirkungsstätte, auch die Spielweise entwickelt sich aktuell in eine neue Richtung. „Bisher war ich hauptsächlich dafür verantwortlich, die Shooter in eine gute Wurfposition zu bringen. Aber inzwischen wollen wir alle Spieler mehr werfen lassen, um zusätzlich Dynamik und Taktik ins Spiel zu bringen und so für den Gegner gefährlicher und unberechenbarer zu werden“, erklärt Tobias.

Dankbar für die große Unterstützung

Wenn der Wahlhannoveraner über sportliche Ziele spricht, fällt es ihm schwer, diese nur für sich persönlich zu formulieren. „Es ist ein Teamsport, wir wollen immer gemeinsam gewinnen.“ Und dennoch: Eine Führungsrolle in der Nationalmannschaft kann er sich vorstellen, möchte sich ansonsten aber „jeden Tag verbessern und einfach die beste Version von mir selbst werden.“ Bei all den Herausforderungen – tägliches Training, das Studium der Ernährungswissenschaften, eine Fernbeziehung mit seiner Freundin – will er den Sport gern noch zehn oder zwölf Jahre weiterbetreiben, ohne den Spaß daran zu verlieren. „Das Training und das Leben drumherum ist anstrengend und erfordert viel Disziplin. Aber es war meine bewusste Entscheidung, Rollstuhlbasketball auf höchstem Level zu spielen. Deshalb bin ich froh und dankbar, dass mein gesamtes Umfeld voll hinter mir steht und mich unterstützt!“

Heike Werner