Mit großer Motivation und kleinen Monstern zum Erfolg

Wenn Sören Seebold auf das Spielfeld rollt, dann taucht er in eine Welt ein, die ihn schon von klein auf fasziniert hat. Taktik, Teamgeist, Talent – der bisherige sportliche Weg des 22-jährigen Rollstuhlbasketballspielers von Hannover United/Team BEB kann kein Zufall sein. Sein Bewegungsdrang und das Streben nach Erfolg wurden ihm in die Wiege gelegt. Daran konnte auch die angeborene Spina bifida – ein offener Rücken – nichts ändern. All die genannten Attribute haben den jungen Sportler bereits zu großen Erfolgen geführt. Als Kapitän der U23-Nationalmannschaft brachte er sein Team zum Weltmeistertitel 2025. Das war einer U23 zum ersten und bis dato letzten Mal im Jahr 2013 gelungen. Mit seiner Heimmannschaft spielt Sören darüber hinaus erfolgreich in der Bundesliga und wurde Vize-Pokalsieger.

Ein fester Wille

Im Alter von 14 Jahren stand für den gebürtigen Dortmunder fest: Er will auf das Lotto-Sportinternat in Hannover, um sich voll und ganz auf Rollstuhlbasketball konzentrieren zu können. Bis dahin hatte er Para Badminton, Rollstuhltennis und mit dem Rennrollstuhl Para Leichtathletik ausprobiert. Doch einen Ball in einen Korb auf 3,05 Meter Höhe zu werfen, Teil eines Teams zu sein und gemeinsam für den Erfolg zu kämpfen, hat ihn schließlich davon überzeugt, dass Rollstuhlbasketball genau die richtige Sportart ist. Und Sören wusste schon früh, was das bedeutet. Schließlich hatte er nicht nur im Verein sowie als Mitglied im Landeskader in Nordrhein-Westfalen erste eigene Spielerfahrungen gesammelt. Als Kinderreporter knüpfte er im Alter von 13 Jahren Kontakt zu international erfolgreichen Spielern, interviewte sie für die Zeitschrift „Rollt." und bekam dadurch detaillierte Einblicke in eine mögliche Rollstuhlbasketballkarriere.

Ein großes Vorbild

Eines seiner größten Vorbilder ist der heutige Bundestrainer Jan Haller – mit ihm hatte er damals sein allererstes Interview geführt. Später, als er mit Jan zusammen in Hannover spielte, hat er sich, wie er sagt „so einiges davon abgeschaut, wie Jan als Leader vorangeht". Dass dieser etwa ein Jahr vor Sören nach Hannover kam, bestärkte ihn darin, ebenfalls die Stadt zu wechseln. Trainer Martin Kluck sah das Talent des jungen Spielers und integrierte ihn in die Mannschaft. „Das alles hat mich auf jeden Fall gepusht – vor allem auch, mit den anderen größeren und besseren Spielern in einem Team zu sein. Alexander Budde und Tobias Hell haben bei den Paralympics Bronze gewonnen. Von denen kann ich noch so viel lernen, um auf das nächste Level zu kommen", ist Sören sich sicher. Dieses nächste Level ist für ihn die Herren-Nationalmannschaft. Wenn alles gut läuft, könnte er mit ihnen schon 2028 bei den Paralympics in Los Angeles antreten, spätestens in Brisbane 2032.

Schon immer der Lauteste

Bis es soweit ist, bleibt allerdings noch einiges zu tun. Und „zu tun" hat Sören nicht nur das tägliche Training – viermal pro Woche sind es sogar zwei Einheiten. Der 22-Jährige engagiert sich auch in Schulprojekten, in denen Schüler*innen die Sportart Rollstuhlbasketball vermittelt wird. Er studiert Betriebswirtschaftslehre und kommentiert hin und wieder die Heimspiele der Basketballdamen des Turn-Klubb zu Hannover. „Dieses Kommentatoren-Ding macht mir viel Spaß; ich liebe es einfach, viel zu reden", sagt Sören mit einem Grinsen. Schon seine Oma habe immer gesagt: „Das musst Du unbedingt machen!" Überhaupt ist Sören unglaublich kommunikativ. Eine Eigenschaft, die ihm in seiner Rolle als Mannschaftskapitän der „Natio" zugutekommt. „Ich war immer schon der Lauteste in der Halle", sagt er mit einem Schmunzeln und ergänzt: „Und ich habe mich schon immer für das Thema Leadership interessiert. Aktuell versuche ich, in diese Rolle hineinzuwachsen. Damit es mir noch besser gelingt, werde ich zusammen mit meinem Sportpsychologen einen Leadership-Kurs machen."

Fokus auf das Wesentliche

Aktuell übernimmt Sören unterschiedliche Aufgaben als Forward aber auch in der Defense. „Ich bin als schneller Spieler derjenige, der dafür sorgt, dass die Großgewachsenen in eine günstige Schussposition kommen“, erklärt er. Das klappt vor allem, wenn er es schafft, den Gegner zu stören, sich ihm in den Weg zu stellen und ein bisschen „Autoscooter“ zu spielen, wie es gern genannt wird. Was Sören dabei hilft, sind drei Grundsätze, die sich in Form von kleinen Aufklebern an seinem Sportrollstuhl wiederfinden. „Das sind drei kleine Monster: ein blaues, das für ‚Commitment‘ steht – dafür, dass ich immer versuche, dem Spielplan zu folgen. Ein rotes, das für ‚Power‘ steht und dafür, dass ich immer 100 Prozent gebe. Und ein lilafarbenes, das für ‚Hustle‘ steht – dafür, niemals einen Ball verloren zu geben.“ All das verdeutlicht Sörens unbedingten Siegeswillen. Dieser Wille gepaart mit einem positiven Mindset, seiner kommunikativen Art und großem Selbstbewusstsein wird in den kommenden Jahren vermutlich dafür sorgen, dass Sören der Rollstuhlbasketballwelt noch eine ganze Weile seinen Stempel aufdrücken wird.

Heike Werner