

Schwimmen ist mehr...

Wenn Jered Müller durch das Becken krault, ist er im wahrsten Sinne des Wortes in seinem Element. Mit kräftigen Armzügen gleitet er durch das kühle Nass, dreht eine Rollwende und befindet sich schon wieder auf dem Rückweg. Sein schlanker Körper mit den kräftigen Schultern scheint regelrecht mit dem Wasser zu verschmelzen. Seit er im Alter von sechs Jahren das Seepferdchenabzeichen gemacht hat, ist der inzwischen 17-jährige Para Schwimmer vom S.C. Hellas Einbeck aus dem Becken kaum noch herauszubekommen. „Im Wasser geht es mir körperlich einfach viel besser als an Land“, sagt er. „Das kühle Wasser ist gut für meine Gelenke, und ich habe weniger Schmerzen!“

Mit seiner Einschulung begannen bei Jered Müller die ersten Symptome einer Rheumaerkrankung. Oligoarthritis extended wurde daraufhin diagnostiziert. Eine chronische Entzündung, von der bei dem Para Schwimmer vor allem Hüften, Knie, Sprung- und Handgelenke sowie zeitweise kleinere Gelenke wie Finger betroffen sind. Hinzukommt eine sogenannte Fibromyalgie, ein Schmerzverstärkungssyndrom. Was so kompliziert klingt, ist es auch. Vor allem die Behandlung der Krankheit erfordert einen vielseitigen Therapieplan. Neben schmerz- und entzündungshemmenden Medikamenten bekommt er regelmäßige Physiotherapie, übt sich in autogenem Training, lässt sich durch eine Klangtherapie behandeln und versucht nach Möglichkeit, Trubel und große Menschenansammlungen zu meiden. Denn auch die Psyche hat Auswirkungen auf das Schmerzempfinden. Immer wieder hat er Schübe, in denen die Symptome besonders stark werden. Das erzwingt oft Trainingspausen. Doch Jered Müller lässt sich von den immer wiederkehrenden Rückschlägen nicht aus der Bahn werfen. „Grundsätzlich bin ich so lange voll dabei, bis es wehtut, und passe meine Pausenzeiten entsprechend an“, sagt er.

Mit zwölf schon Trainerassistent

Drei- bis viermal pro Woche zieht Jered Müller im Becken seine Bahnen. 500 Meter Einschwimmen, Technikübungen für die vier verschiedenen Lagen und spezielle Übungen für die Beine gehören dazu. Doch nicht nur das eigene Training ist für den 17-Jährigen ein wichtiger Bestandteil seines Alltags. Bereits im Alter von zwölf Jahren hat er seiner Trainerin in der Gruppe mit den jüngeren Schwimmern assistiert. Als diese später aufhörte, übernahm er kurzerhand die Gruppe und gründete zudem im S.C. Hellas Einbeck die Para Schwimmgruppe. Nach und nach wurde daraus die Sparte „Para Schwimmen“. So ist Jered Müllers Ziel, im Frühjahr die Trainer C-Ausbildung Breitensport zu absolvieren, nur der logische nächste Schritt. Im Herbst soll dann der Trainer C Leistungssport folgen.

Bei diesem Engagement überrascht es nicht, dass Jered Müller auch regelmäßig als Kampfrichter im Einsatz ist. Wobei in dieser Hinsicht das Jahr 2020 durch die COVID-19-Pandemie ein ruhiges war. Schwerer wog jedoch, dass der Athlet wochenlang nicht schwimmen konnte. Doch er hat es auch ohne Wasser geschafft, einigermaßen fit zu bleiben. „Ich war regelmäßig mit meinem Hund Magnus draußen.“ Der Dackelmischling spielt eine bedeutende Rolle in Jered Müllers Leben. „Er ist einfach immer da, vor allem, wenn es mir nicht so gut geht.“ Dann liegt Magnus eng bei dem 17-Jährigen und lässt ihn keine Sekunde aus den Augen. Die beiden verbindet nicht nur blindes Verständnis, sondern auch die Leidenschaft für Wasser. „Magnus hat sogar einen eigenen Pool in unserem Garten.“

Größte Motivation: Spaß und Gesundheit

Insgesamt ist der Einbecker glücklich, auf soviel Unterstützung in seinem Leben bauen zu können. Seine Eltern, seine Trainer und auch seine Freunde – ohne dieses große funktionierende Netzwerk

wäre es für Jered Müller wesentlich schwieriger, seine sportliche Leidenschaft zu leben. „Schon mit zehn bin ich bei der Internationalen Deutschen Meisterschaft in Berlin geschwommen. Das ist seitdem meine absolute Lieblingsveranstaltung.“ Was seine sportlichen Ziele angeht, ist der Schwimmer indes zurückhaltend. „Ich habe immer eher eine Zielzeit als eine Platzierung, die ich erreichen möchte. Über 100 Meter möchte ich endlich mal die Minute knacken und über 50 die 28-Sekunden-Marke.“ Seine größte Motivation, um sich vielfältig für das Schwimmen einzusetzen, ist und bleibt aber der Spaß daran und die Gesundheit. Das Schwimmen wirkt in jeder Hinsicht wie eine Therapie, nicht nur körperlich. „Ich bekomme im Wasser einfach den Kopf frei. Und wenn ich als Trainer am Beckenrand stehe und weiß, wovon ich rede, gibt mir das auch eine Menge Selbstbewusstsein.“ Sein Titel bei den Deutschen Jugendmeisterschaften 2018 und die Zugehörigkeit zum Nachwuchskader 2 des Deutschen Behindertensportverbandes bedeuten ihm zwar auch eine Menge und machen ihn sehr zufrieden. „Doch letztlich ist Schwimmen einfach viel mehr, als von Beckenrand zu Beckenrand zu schwimmen.“

Heike Werner

Jered Müller

- trainiert seit seinem sechsten Lebensjahr beim S.C. Hellas Einbeck
- gewann 2015 Gold bei den Deutschen Kurzbahn-Jugendmeisterschaften über 1500 Meter Freistil
- wurde 2018 Deutscher Kurzbahn-Jugendmeister über 50 Meter Freistil
- ist Mitglied im Nachwuchskader 2 des Deutschen Behindertensportverbandes
- engagiert sich als Trainer und Kampfrichter
- hat in seinem Verein die Sparte „Para Schwimmen“ gegründet