

„Ich bin stolz darauf, diesen Schritt jetzt geschafft zu haben.“

Jan Sadler (Hannover United/Team BEB) war gerade auf einem Lehrgang der Nationalmannschaft. Der Rollstuhlbasketballer ist viel unterwegs, hat in ganz Deutschland Trainingslager. Das Team spielt sich gut ein. Dies zeigen auch die bereits bestrittenen Testspiele. Wenn er wieder nach Hannover kommt, regeneriert er sich für ein paar Tage, bevor er mit dem Wurf- und Krafttraining weitermacht.

Durch die vorangegangene Bundesligasaison ist der 28-Jährige gut im Training. Die Liga geht von September bis März oder auch April. In der Woche wird viel trainiert, am Wochenende finden die Punktspiele statt. Ende Mai hatte Jan Sadler das erste Trainingslager mit der Nationalmannschaft. Nun geht es Richtung Tokio und das Training wird anders. „Es ist geballter, gebündelter.“ Manchmal wird sechs Stunden pro Tag trainiert. Das zehrt sowohl mental und physisch an dem gebürtigen Burgwedeler. „Man kriecht echt auf dem Zahnfleisch, man weiß aber auch, dass man etwas getan hat.“ Ebenfalls funktioniert das Team auf vielen verschiedenen Ebenen, wie beispielsweise der Zusammenarbeit besser.

Für den Rollstuhlbasketballer stand erst einmal die Teilnahme an den Paralympischen Spielen in Tokio im Vordergrund. 2016 für die Spiele in Rio wurde er ganz knapp nicht nominiert. Das war ziemlich hart für ihn. Umso mehr freut er sich jetzt auf Tokio. „Ich bin stolz darauf, diesen Schritt jetzt geschafft zu haben.“ Die Nationalmannschaft hat sich bereits 2019 qualifiziert. Sadler war damals schon Teil des Nationalkaders. „Ich habe jetzt diesen Platz im Team und ein Kreislauf schließt sich.“ Sadler will so fit wie möglich nach Tokio reisen. In ihrer Vorrundengruppe erwarten sie starke Gegner. Trotzdem freut er sich sehr auf die Herausforderung.

„Ich habe keinen Vergleich zu anderen Paralympics.“, doch er blickt optimistisch auf die professionelle Umsetzung der Spiele – auch unter Corona-Bedingungen. Ihm ist klar, dass ausgelassene Feiern in Tokio nicht stattfinden können, aber er legt seinen Fokus ohnehin auf den Sport. „Ich will im September sagen können, dass die Paralympischen Spiele ein unglaubliches Erlebnis waren.“ Natürlich will er auch eine Medaille gewinnen, dafür müssen sie die Vorrunde schaffen. Selbst wenn das nicht passiert, dann war er wenigstens dabei.

Cosma Jo Gagelmann