

NETZROLLER

Krumme Wege zum Erfolg

Wenn du der schlechtere Spieler bist, musst du noch lange nicht verzagen. Es gibt Mittel, mit denen man auch dem technisch überlegenen Gegner beikommen kann. Das beginnt schon vor dem Spiel. Beim ersten Shakehands mit dem anderen musst du so selbstbewusst auftreten, als sei dein Sieg nur eine Frage der Höhe. Ganz nebenbei kannst du auf deine letzten starken Ergebnisse zu sprechen kommen. Das kann einschüchtern: »Was, den haben Sie geschlagen?« Die Bälle musst du prüfen, eindrücken, aufspringen lassen und das Ergebnis kritisch kommentieren.

Beim Einschlagen musst du den Gegner mit mächtigen Schüssen beeindrucken. Am besten gehst du gleich ans Netz und gibst dort eine eindrucksvolle Vorstellung deiner Stärke im Vollieren und Schmettern. Wenn der andere mosert, das sei aber nicht der Sinn des Einschlagens, dann ignorierst du das eben oder machst einen kleinen Scherz, der zeigt, wie gut gelaunt und siegessicher du bist.

Auch bei der Wahl ›Seite oder Aufschlag‹ musst du cool und fast unbeteiligt sein: Du triumphierst eben in jedem Fall. Hast du die Wahl gewonnen, dann entscheide dich schnell und einschüchternd für den Aufschlag. Die Körpersprache muss deutlich machen, dass du ein Siegertyp bist. Versuche unbedingt, gleich das erste Spiel zu gewinnen. Blicke beim Seitenwechsel spöttisch auf deinen Gegner herab! Ist dir ein Winner gelungen, kommentiere ihn wirkungsvoll. Dazu gibt es zwei Möglichkeiten. Du kannst einen Triumphschrei loslassen und ihn mit Bemerkungen wie »Na also!«, »So muss es laufen!«, »Das ist Tennis!« »Noch Fragen?« unterstreichen. Du kannst aber auch ganz lässig so tun, als sei dein guter Ball eine Selbstverständlichkeit, weil du eben so stark bist. Eine Handbewegung kann das unterstreichen: So spiele ich eben. Schmetter-

bälle, die du auch besonnen platzieren könntest, musst du mit Urgewalt ins Feld dreschen, so dass dein Gegner entsetzt Deckung sucht. Das hebt dein Selbstvertrauen und verunsichert den auf der anderen Seite. Zweifelhafte Bälle musst du prinzipiell für dich werten. Trifft dein Gegner die Linie, rufst du mit absoluter Gewissheit »Aus!« und weichst kein Jota davon ab. Mit dem Schläger oder mit dem Schuh kann man den Aufprallpunkt umkreisen und dann rufen: »Kommen Sie doch her und sehen Sie sich den Abdruck an. Der Ball war aus, und das ist noch nicht einmal strittig.« Wenn der Abdruck gegen dich spricht, kannst du ihn schnell mit dem Fuß löschen. Hilfreich ist auch die Anwesenheit zuschauender Freunde, die mit Entschlossenheit deine Entscheidung bekräftigen. »Klar war der aus, da gibt es gar keine zwei Meinungen.« Kommt dein Gegner wirklich herüber, um den Abdruck zu prüfen, dann spielst du den Beleidigten. Und wenn er weiter diskutiert und sein Recht einfordert, dann helfen Bemerkungen wie »Dafür sind Sie ja bekannt« oder du spielst den Großmütigen. »Meinetwegen, behalten Sie den Punkt!« Und dann drehst du dich stolz zur Seite, vielleicht schiebst du noch die Bemerkung nach: »Ich brauche solche Mittel nicht.« Umgekehrt, wenn dein Gegner einen knappen Ball von dir aus gibt, stößt du einen Schrei der Empörung aus, gefolgt von homerischem Gelächter. Ein längeres Palaver beendest du mit dem großmütigen Entgegenkommen. »Also gut, machen wir zwei Neue«, wobei du so tust, als hättest du gerade ein nobles Geschenk gemacht.

Beim Aufschlag hilft es, sich möglichst viel Zeit zu lassen. Werf den Ball hoch, fange ihn wieder auf und putze, falls vorhanden, ausgiebig deine Brille; ersatzweise kämmst du dir die Haare. Dann lässt du den Ball 20-mal aufspringen, bevor du dich endlich zum Aufschlag bequemt. Man kann auch den Ball hochwerfen und ihn dann wieder auffangen, so dass die Aufschlagbewegung wieder von vorne beginnt. Wenn dein Gegner Nerven zeigt, wiederholst du dieses Spielchen bis zum Ende des Matches.

Wichtigster Moment für die Psychologie des Spiels ist der Seitenwechsel. Lasse dich dabei nie ermattet auf der Bank nieder, zeige ungebrochene Zuversicht. Wenn du dich wirklich setzen musst, tue es lässig, strecke die Beine aus und versuche einen Scherz zu machen, der zeigt, wie cool du bist. Erhebe dich und begib dich als erster auf den Platz zurück, am besten in leichtem Trab, der signalisiert: Ich bin noch lange nicht müde, schau her, was ich für eine Kondition habe, ich kann es kaum abwarten, tödliche Bälle zu schlagen, du bist nichts als ein schwacher Trainingspartner für mich!

Du hast auch während der Ballwechsel vielfache Möglichkeiten, deinen Gegner zu verunsichern. Es ist nicht verboten, laute Rufe auszustoßen, zu jammern oder sich selbst anzufeuern. Die Palette ist breit gefächert. »Herr des Himmels!«, »Was spiele ich heute bloß?!«, »Das gibt es doch nicht!«, »Nun reiß dich mal am Riemen!«

Es lassen sich auch leichte Beleidigungen einstreuen: »Sogar gegen den habe ich Probleme!« Man kann auch Fußfehler beim Aufschlag des Gegners reklamieren. Das bringt immer Streit, weil es nicht nachweisbar ist. Meistens sind wütende Proteste die Folge, und das kostet den Gegner Nerven.

Den ganzen Fächer psychologischer Tricks kann man gewinnbringend in dem Buch ›Schmutzige Siege‹ von Brad Gilbert nachlesen. Der gehörte selbst zu den unangenehmeren Topspielern und hat – wohl auch mit seinen Rezepten – sogar gegen Boris Becker und Michael Stich gewonnen. Nur sollte man nicht sagen: Das habe ich von Brad Gilbert übernommen. Denn im Grunde hat man das ja gar nicht nötig!

Bist du aber trotzdem unterlegen, kannst du nicht gewinnen, weil der andere einfach besser ist, dann lasse erkennen, dass es dir gleich ist, du spielst ja nur zur Freude und ohne jeden Ehrgeiz. Oder du verweist auf die Wadenkrämpfe, ohne die du wahrscheinlich gewonnen hättest.

Champ in Sprüchen oder: Aus dem Wörterbuch des ausgebufften Spielers

Vor dem Beginn des Spieles zu dem Gegner
Ich will gar nicht gewinnen, ich will nur Spaß haben.
Nur damit Sie es wissen – ich habe dieses Jahr noch
kein Spiel verloren.
Wie ich sehe, haben Sie viele Fans dabei – haben Sie
das nötig?
Stimmt es, dass Sie eine Gummiwand sind?

Nach einem gewonnenen Spiel
So hatte ich mir das auch gedacht.
Ein paar Punkte habe ich abgeschenkt.
Für Ihr Alter haben Sie ganz gut gespielt.
Bei mir hängen die Trauben eben hoch.
Jetzt wissen Sie, was Tennis ist!
Sie haben doch wohl nicht geglaubt, Sie
könnten gewinnen?
Nun sind Sie um eine Erfahrung reicher!

Nach einer Niederlage
Ich bin total überarbeitet in das Spiel gegangen.
Sie werden bemerkt haben, dass ich nicht laufen
konnte – es ist das Knie!
Können Sie eigentlich noch mehr als schnippeln
und Stopps?
Das passiert mir nicht noch einmal!
Ich war mit meinen Gedanken ganz woanders.
So schlecht habe ich noch nie gespielt!
Mit meiner beschlagenen Brille konnte ich auch
nicht gewinnen.
Das ist kein Tennisplatz, das ist ein Acker!
Lieber auf hohem Niveau verlieren, als Stümper
abfackeln.

Sie hätten bei zweifelhaften Bällen ruhig einmal nachgeben dürfen.

Gegen Sie spiele ich nur noch mit einem Schiedsrichter.

In Normalform wäre mir das nicht passiert.

Sie sollten ins Casino gehen – bei so viel Glück!

Natürlich können Sie auch sagen: Meinen Glückwunsch, Sie waren der Bessere und haben verdient gewonnen!

Aber dann wären Sie eben kein ausgebuffter Tennisspieler.

Ich spiele nur am Netz

Man muss vielen Kriterien genügen, um als guter Spieler zu gelten. Wer den Ball hundertmal sicher zurückspielen kann, erwirbt sich noch lange kein Ansehen. Vielmehr lässt man sich über seine Spielweise aus. »Gummiwand, Sicherheitsspieler, Löffler« oder ähnlich wird er geschimpft. »Der kann doch nur rennen und schupfen!«, »Da mag man gar nicht zusehen!« Ganz schlimm wird es, wenn der also Gescholtene das Spiel langsam macht und die Bälle auch noch hoch zurückschaufelt. »Geht es nicht noch höher?«, »Das ist ja wie im Damendoppel!«, »Das erinnert mich an den Elfmeter von Hoeneß!«, »Haben Sie einen Eierladen auf dem Wochenmarkt?«, »Riskier doch mal was!« Dass Sicherheitsspiel eine Fertigkeit ist, die man sich hart erarbeiten muss, spielt keine Rolle. Man ist abgestempelt, und dieser negative Ruf bleibt am Schläger hängen, ja, er wird vom Tennisspieler auf den Menschen übertragen. Wer immer nur zurückspielt, wagt auch im Leben nichts, er ist und bleibt ein Langweiler. Ganz anders ist es bei dem Spieler, der, ein kleiner Edberg, bei jedem Ball nach vorne eilt, um dort mit Karacho seinen Punkt zu machen. Das trägt Anerkennung und Ehre ein. Schnell erwirbt man sich den Ruf, ein wagemutiger Spieler zu sein, dem man gerne zusieht, dem man Erfolg wünscht, der ein ganzer Kerl ist, einer, der auch außerhalb des Platzes im ungestümen Sturm Lauf die Probleme

seines Lebens anpackt und löst. Dagegen gilt der Verteidigungsspieler als Angsthase und Langweiler. So sehen es übrigens auch die Spieler selbst, jedenfalls die Serve- und Volleyspieler. Deshalb hört man immer wieder: »Ich spiele nur am Netz« oder abgeschwächt: »Ich gehe bei jeder sich bietenden Gelegenheit ans Netz!« Sie sagen nicht etwa: »Ich renne nach vorne, obwohl ich dauernd passiert werde« oder »meistens werde ich überlobbt«, das käme oft der Wahrheit näher, aber es stiftet kein Prestige. Wer in Tenniskreisen etwas gelten will, muss als Netzspieler auftreten, und deshalb heißt es eben, oft genug so weit weg von der Wahrheit wie ein Lob von der Netzkante: »Ich spiele nur am Netz!«

DOPPELFEHLER

Ich war mental nicht gut drauf

Dass man normal nie verloren hätte, ist schon zur Genüge erwähnt. Eine Abwandlung dieses Spruchs ist die Erfahrung eines erfolgreichen Senioren, der sagte, er habe alle Punktspiele gewonnen, aber noch nie gegen einen Gesunden. Denn es ist so: Eine glaubhafte Ausrede stellt das gestörte Selbstgefühl nach einer Niederlage wieder her, außerdem soll der Sieger nur nicht denken, er sei eben der Bessere gewesen und so müsse es bleiben. Aber Ausreden müssen originell und glaubwürdig sein. Die Sehnenzerrung, die Rückenschmerzen (»Ich konnte überhaupt nicht aufschlagen.«) reichen nicht aus, auch dass man überarbeitet ins Spiel gegangen sei, wird einem nicht mehr abgenommen. Wer beim Stande von 2:6, 0:4 anfängt zu humpeln und das bis zum Ende des Spiels verstärkt, erntet ein müdes Lächeln. Was also tun?

Für diese Situation gibt es seit Boris Becker eine Brücke, über die man zu jeder Zeit gehen kann: »Ich war mental nicht gut drauf!« Was kann das nicht alles heißen: Man war in

Gedanken bei anderen, wichtigeren Sache, man war nicht Herr seiner Nerven, man kämpfte aufkommende Schmerzen mit aller Willenskraft nieder, dabei bemüht, sich nichts merken zu lassen, man hatte, ausgerechnet in diesem Match, nicht die erforderliche geistige Frische, die Reaktionen waren unbegreiflich langsamer als sonst, man stand unter dem Druck der Familie, die nicht immer nur auf dem Tennisplatz hocken wollte, man hatte Sorgen im Geschäft, ein Bruder war erkrankt, der Magen hatte revoltiert und, und, und. Deshalb steht das ›Mentale‹ hoch im Kurs, überdies hat es den Vorteil, dass man es nicht nachprüfen kann.

Dieser Entschuldigung, an die man zuletzt selbst glaubt, lässt sich eine lange und prosperierende Zukunft voraussagen. Übrigens ist die Formel auch in anderen Situationen des Lebens anwendbar – Boris Becker sei Dank! Auf ihn gehen auch die Begriffe ›Bumm-Bumm-Tennis‹, ›Becker-Hecht‹ und ›Becker-Faust‹ zurück. Der Hechtsprung nach dem vorbeisau-senden Ball ist eindrucksvoll, er muss unbedingt theatralisch ausgeführt werden. Führt er zum Punktgewinn, ist dem Spieler der Beifall des Publikums sicher. Alle Glieder reckend, kann er danach aufstehen, sich die rote Erde von der Hose klopfen und die Bewunderung der Umstehenden genießen. Häufiger als der Hecht kommt die im Triumph geballte Faust zum Einsatz. Man stärkt damit sein Ego, ruft sich »Weiter so!« zu und zeigt zugleich dem Gegner, dass er sich von nun an auf einiges gefasst machen muss. Es gibt eben viele Gründe, sich an Boris Becker zu erinnern!

»Komm jetzt!«

Autosuggestion nennt man es wohl, wenn Spieler, bei denen es nicht so läuft, wie es sollte, sich selbst anfeuern oder lautstark mit sich ins Gericht gehen. »Das musste einmal heraus« sagen wohlmeinende Zuschauer dazu, andere wenden sich auch ab: So etwas gehört nicht auf den Tennisplatz!

Sicherlich gilt das für im Zorn zertrümmerte Schläger oder für wüste Beschimpfungen des Gegners oder gar des Schiedsrichters, auch ordinäre Flüche werden nicht gerne gehört. Aber Ausrufe des blanken Entsetzens über die eigene desolante Leistung werden nicht beanstandet, es sei denn, sie machten den Gegner nervös. Und was kann man da alles hören! »Herrgott noch mal!« (als ob der liebe Gott etwas mit dem misslungenen Volley zu tun hätte!), »Wie ist das nur möglich?« (es ist eher der Normalfall), »Heute läuft aber auch gar nichts!« (morgen wahrscheinlich auch nicht), »Nun reiß dich mal am Riemen!« (was immer das heißen mag), »Was spiele ich nur für einen Mist zusammen?« (dabei erhebt sich kein Widerspruch) – die Auswahl ist groß und wird bei jedem Match erweitert.

In Mode gekommen ist jetzt der laut herausgebrüllte Imperativ »Komm jetzt!« Er bedeutet: Bis jetzt habe ich nur Fehler produziert, von diesem Augenblick an wird das anders, jetzt beginnt bei voller Konzentration ein neues Spiel, der Gegner muss sich warm anziehen! »Komm jetzt!« kann auch den Partner im Doppel wachrütteln, jedenfalls eher als der Blick zum Himmel: »Wie soll ich mit einem solchen Partner gewinnen?!« Grotesk wird es, wenn der Spieler, der gerade einen leichten Ball vermässelt hat, seinem Partner »Komm jetzt!« zuruft. Im Doppel, wie auch in anderen Sportarten, gibt es neuerdings das »Abklatschen«: Man geht auf den Partner zu, hebt den Arm und klatscht die Handflächen zusammen, eine kurze, aber unmissverständliche Geste kameradschaftlicher Gemeinsamkeit: Wir sind ein Paar, uns wirft nichts um, weiter so! Besonders nach einem guten Ball wird abgeklatscht, also fast nach jedem zweiten Ballwechsel. Bei den Großen des Tennis hat es sich eingebürgert, dass man nach verwandeltem Matchball das Schweißband vom Handgelenk abstreift und es mit Schwung ins Publikum wirft, wobei sich alle Hände nach der Reliquie strecken – es ist zwar nur ein Schweißband, das neu vielleicht zwei Euro kostet, aber es ist das Schweißband von Roger Federer! Und wer hat das schon?

Alle wollen mich spielen sehen!

Ein schönes Gefühl, wenn man spielt, und die Zuschauer strömen herbei. So beliebt bin ich, so gut ist mein Spiel! Sie wollen mich bewundern und mir Rückhalt geben, Trost im Falle der (unwahrscheinlichen) Niederlage.

Ach, lieber Sportsfreund, wie sehr hast du dich verschätzt! Einige der Zuschauer kommen aus Langeweile, trotten einfach hinter ihren Bekannten her. Mannschaftskameraden sind dabei, die aus Pflichtgefühl kommen, schließlich wollen sie selbst auch Zuschauer haben, wenn sie dran sind; es gibt natürlich auch solche, die dir wirklich den Sieg wünschen, damit die Mannschaft gewinnt, aber noch zahlreicher sind Neider, die sich amüsieren, wenn du einen leichten Ball verschlägst. Und brauchst du wirklich einmal Hilfe von draußen, weil es Streit um einen Punkt gibt, haben auch deine Freunde gerade weggeguckt. Nein, allen beteiligten Zuschauern zum Trotz, niemand ist so allein wie der Spieler in seinem Einzel. Es ist leichter, einen schwierigen Stoppball zu erlaufen, als jemanden dazu zu bewegen, dir eine Selter zu holen. Dann glückt dir ein Passierball, wie man ihn sonst nur in Wimbledon sieht, du schaust dich um, wartest auf den verdienten Beifall, aber es kommt nichts, die Zuschauer waren zu sehr mit sich selbst beschäftigt, haben deine Meisterleistung gar nicht bemerkt! Das alles mag noch gehen, aber schlimm wird es, wenn es immer wieder und immer neue Störungen gibt. Da fallen laute Bemerkungen mitten im Ballwechsel, da gibt es lautes Gelächter, so dass du dich nicht konzentrieren kannst. Außerdem verunsichert es dich: Warst du der Anlass der Heiterkeit?

Sicher hat da wieder jemand einen Scherz über dich losgelassen. Auch gibt es ein ständiges Hin-und-Her-Rennen, verdammt, das ist doch kein Jahrmarkt, das ist ein Tennismatch, und ein wichtiges dazu! Wenn du die Leute aufforderst, still zu sein, oder wenigstens erst beim Seitenwechsel zu kom-

men oder zu gehen, sind sie auch noch eingeschnappt und entfernen sich ostentativ. »Der soll sich nicht so wichtig nehmen, so schön ist er auch nicht, und ob er gewinnt oder verliert, ist uns sowieso Piepenhagen. Außerdem bin ich nicht wegen seines Spiels hier, sondern weil ich eine attraktive Blondine unter den Zuschauern entdeckt habe.« Erfahrene Tennisspieler haben es am liebsten, wenn sie ihr Match quasi unter Ausschluss der Öffentlichkeit austragen können. Da stört sie niemand, da können sie sich konzentrieren, und wer unbedingt Zuschauer braucht, soll sie haben, aber er outet sich auch als eitel und gefallsüchtig. Manche brauchen das eben, ich, Gott sei Dank, ich bin mir selbst genug!

Erkenne dich selbst!

So stand es am Eingang von Delphi. Die Griechen wussten, wovon sie sprachen. Es war die Forderung, sich richtig einzuschätzen. Die antiken Philosophen mochten das zustande bringen, aber bei einem richtigen Tennisspieler ist das fast unmöglich. Gewiss gibt es bescheidene Gemüter, die ihre Schwächen kennen und benennen, aber das sind Ausnahmen. Der selbstbewusste Spieler kennt vor allem seine Stärken: Mit meiner knackigen Vorhand muss man erst mal zurechtkommen, am Netz bin ich ein Ass, mit meinem Aufschlag lässt sich etwas anfangen, zur Not habe ich auch noch den Slice zur Verfügung, Stopps erlaufe ich spielend, meine Kondition reicht allemal für drei Sätze, die meisten Schläge des Gegners antizipiere ich, nervös werde ich eh nicht, nach einer Viertelstunde weiß ich, welche Taktik ich einzuschlagen habe – kurz, ich bin das, was man einen guten Tennisspieler nennt, und meine Gegner müssen sich warm anziehen! Und wer das nicht sagt, der denkt es wenigstens. Es gibt auch den Fall bewusster Selbsttäuschung. Er ist gegeben, wenn ein Spieler um seine Schwächen weiß, aber heruntönt, wie stark er doch eigentlich sei. Das hält so lange vor, bis auf dem Platz die Wahrheit

herauskommt. Ob das dann ein Anstoß zu mehr Bescheidenheit ist, steht sehr dahin. Die Selbstüberschätzung geht oft einher mit einer totalen Fehlbeurteilung des nächsten Gegners. »Der? Den hab' ich schon zweimal geschlagen. Der hat doch überhaupt keine Rückhand. Das ist kein Problem für mich!« Ein Problem wird es dann aber doch, wenn man zu zählen beginnt.

Liegt man zurück, kann es natürlich auch an der falschen Taktik liegen. Vielleicht hätte man doch vorsichtiger spielen sollen, den Ball halten, auf seine Chance warten. Die Wahrheit ist, dass die meisten Spieler gar keine Taktik haben, sondern so drauflos spielen, wie sie immer spielen, egal wie die Stärken und Schwächen ihres Gegners sind. Da hilft es auch nichts, dass Freunde sie vorher beraten haben. »Den musst du nur hinten halten. Am Netz ist er gefährlich.«, »Du musst ihn zum Laufen bringen. Dann ist er schnell aus der Puste!«, »Warte auf deinen Konter! Dann aber schnell nach vorne!« Ja, was denn nun? Man spielt eben seinen Stiefel herunter, und mitunter geht es ja auch gut. Es soll allerdings auch taktische Blindfische geben, die erst am Ende des dritten Satzes merken, dass ihr Gegner Linkshänder ist! Aber ehrlich. Wem wäre das noch nicht passiert?

Immer muss ich gegen Schnippler spielen!

Wenn man vier oder fünf Punktspiele hintereinander verloren hat, kommt einem die Erleuchtung: Man hatte das Pech, immer gegen den Unangenehmsten spielen zu müssen. Egal, ob man an zwei, an vier oder an sechs antritt, jedes Mal trifft man auf einen, der das Spielen zur Qual macht. »Ein Schnippler ohnegleichen«, wird man hinterher sagen oder »Gummiband ist gar kein Ausdruck!«, auch wohl »Was der erlaufen hat, das gibt es ja gar nicht!« Daran schließt sich die Feststellung »Das hat absolut keinen Spaß gemacht!«, »Rechthaberisch war er auch. Ich hatte zuletzt keine Lust mehr, mich mit ihm

zu streiten. Ich war froh, als alles vorbei war.« Zur Bestätigung werden Schlachtenbummler aus dem Lager des Gegners zitiert. »Die sagen selbst, dass gegen den keiner spielen mag. Er hat auch bisher jedes Punktspiel gewonnen.« Und dann kommt der Seufzer, der mit tragischer Geste zum Himmel geschickt wird: »Warum muss immer ich gegen solche Leute spielen?!«

Was heißt hier Senior?

Tennis ist ein Sport auch für ältere Semester. Eigentlich kann man ihn sein ganzes Leben lang betreiben; die Fähigkeiten nehmen möglicherweise ab, aber der Einsatz bleibt bestehen. Was heißt hier überhaupt ›Senior‹? Wieso werde ich zum alten Eisen gerechnet? Technisch nehme ich es mit jedem Zwanzigjährigen auf. Laufen lasse ich den Gegner, Kraft habe ich auch noch und die lange Erfahrung sowieso. Sollen sie nur kommen, die jungen Burschen. Ich bin jetzt 58, aber das sieht man mir nicht an. Deshalb spiele ich bei den Herren 40 mit. Und zwar sehr erfolgreich. Später kommt 50 plus oder 55, 60 plus, das hat noch viel Zeit, sogar mit 80 kann man noch Turniere spielen. So weit bin ich noch lange nicht, obwohl meine Kinder mich als alten Sack bezeichnen, der sich mit Gewalt beweisen will, dass er noch wie ein Junger auftrumpfen kann. Statt mich zu bewundern, wenn ich abgekämpft, mit hochrotem Kopf und schweißgebadet auf die Bank sinke, höre ich von ihnen nur »Denk' an deinen Kreislauf! Mach nur so weiter, dann kriegst du noch einen Schlaganfall!« Meine Frau kommt erst gar nicht mit. Sie sagt: »Ich kann mir das gar nicht ansehen!«

Dabei bin ich fit wie ein Turnschuh. Das kleine Zipperlein in der Hüftgegend spüre ich kaum, dass ich schnell aus der Puste komme, mache ich durch gutes Stellungsspiel wett, und dass mein Knie nicht mehr so will wie früher, das ignoriere ich einfach. Man kann sich auch als Senior noch verbessern, beispielsweise, indem man Topspin lernt! Außerdem macht es mir