

## **Der Inhalt**

---

- Seite 6** **Reinhard Heß, ein Mann mit Ecken und Kanten!**  
Vorwort von Günther Jauch
- Seite 8** **1 „Wir haben Silber!“ „Nein, Gold!“**  
Lillehammer 1994: Der Beginn einer Ära
- Seite 12** **2 „Bauen wir doch mal eine Bombe!“**  
112 Meter und Mitglied der „u.a.“ Mannschaft
- Seite 21** **3 „Und wie geht's denn heute so?“**  
Von einem Todesfall und einem Ampelweltmeister
- Seite 49** **4 „Trainer, schau' her, was ich habe!“**  
Die Wende - in der Politik, im Beruf, im Stil
- Seite 54** **5 „Gerade deswegen will ich ihn“**  
Ärger mit dem Vertrag und der Gauck-Behörde
- Seite 58** **6 „Der Chef war vom Sightseeing begeistert“**  
Interview mit Wolfgang Steiert,  
„Mädchen für alles“ der deutschen Skispringer
- Seite 61** **7 „Seine Arbeitsweise - einfach einzigartig“**  
Interview mit Henry Glaß, Co-Trainer  
der deutschen Skispringer
- Seite 65** **8 Deutsche Charakterköpfe**  
Jens Weißflog, Dieter Thoma:  
Aus Klassenfeinden wurden Partner
- Seite 69** **9 Die Suche nach der „optimalen Technik“**  
Exkurs: Ein Kilometer pro Stunde gleich sieben Meter
- Seite 72** **10 „Konsequent, und deshalb glaubhaft“**  
Interview mit Jens Weißflog - vierfacher  
Gewinner der Vierschanzentournee
- Seite 76** **11 Zwei Uhr nachts.“Puh!“**  
**„Wieder ein Weltcupspringen weniger“**  
Den Fernsehtrainer sieht jeder, die Arbeit  
am Mann und am Schreibtisch keiner
- Seite 88** **12 „Typisk Tysk“**  
Das „Jahr eins nach Jens Weißflog“ war  
das „Jahr des Dieter Thoma“
- Seite 92** **13 „Ein Brummbär mit einem weichen Kern“**  
Interview mit Dieter Thoma,  
„Schutzschild“ von Schmitt und Co.
- Seite 97** **14 „Geh' hoch und springe!“**  
Exkurs: Menschenführung, Motivation, Psychologie
- Seite 101** **15 „Der Trainer redet viel, aber wir sehen nichts“**  
Die Geburt neuer Stars:  
Sven Hannawald und Martin Schmitt
- Seite 113** **16 „Feierst Du jetzt auch schon Niederlagen?“**  
Nagano 1998: Martin Schmitts 98 Meter  
und eine Lehre

<b>Seite 118</b>	<b>17 „Aus eins und eins machten wir - eins“</b> Interview mit Helmut Weinbuch, ehemaliger DSV-Generalsekretär
<b>Seite 122</b>	<b>18 „Heß ist ein Kämpfer für seine Sache“</b> Interview mit Thomas Pfüller, Sportdirektor des DSV
<b>Seite 125</b>	<b>19 „Ich habe wieder mein Gefühl“</b> Exkurs: Mensch und Material
<b>Seite 128</b>	<b>20 „Heß ist kein Diktator“</b> Interview mit Martin Schmitt , Superstar der deutschen Skispringer
<b>Seite 132</b>	<b>21 „Wir wollten es spannend machen“</b> Ramsau 1999: „Deutschland-Schanze“ bleibt „Deutschland-Schanze“
<b>Seite 137</b>	<b>22 „Wo weht denn hier ein Wind?“</b> Skispringen jenseits von Gut und Böse: Vikersund 2000
<b>Seite 142</b>	<b>23 „Sei froh, dass ich überhaupt noch da bin!“</b> Lahti 2001: Doppelte Titelverteidigung, und ein doppelt rasender Steiert
<b>Seite 148</b>	<b>24 „Vier Schanzen, vier Wettbewerbe“</b> Tournee ist Tournee, Weltmeisterschaft ist Weltmeisterschaft
<b>Seite 153</b>	<b>25 „Ich bin froh, dass Heß Cheftrainer ist“</b> Interview mit Sven Hannawald, Gewinner des „Grand Slams“ der Tournee
<b>Seite 157</b>	<b>26 Leicht fliegt besser. „Aber ich muss erst einmal zum Fliegen kommen“</b> Exkurs: Die Ernährung - von Preimls „Kerndl“-Kur zum Käsebrot mit Marmelade
<b>Seite 160</b>	<b>27 „Ich mache mein Zeug“</b> Der Winter 2001/02 und die Frage der Wiederholbarkeit
<b>Seite 190</b>	<b>28 „Ach, er kann ja auch lustig sein“</b> Trainer, Pressesprecher, Fanbetreuer - aber auch ich bin nur ein Mensch
<b>Seite 197</b>	<b>29 „Wir haben uns aneinander gewöhnt“</b> Interview mit Regina Heß, der starken Frau hinter einem starken Mann
<b>Seite 200</b>	<b>30 „Für meinen Papa gibt es Wichtigeres“</b> Interview mit Tina Hoos, Tochter von Reinhard Heß
<b>Seite 203</b>	<b>31 TGK und UWG</b> Exkurs: Trainingsplanung und -steuerung
<b>Seite 206</b>	<b>32 „Unser Ziel ist, Spaß zu haben“</b> Die Gesellschaft, die Zeit, der Sport
<b>Seite 211</b>	<b>33 „Ein Beruf - mehr noch: eine Berufung“</b> Ein Bekenntnis
<b>Seite 214</b>	<b>Reinhard Heß - Die Erfolgsstatistik</b> Anhang