



Erleben Sie Markus Weise  
im Videointerview auf  
[www.haysworld.de](http://www.haysworld.de)

# TRAINING MUSS KOMPLEX SEIN

Markus Weise war in seiner früheren Karriere als Hockey-Bundestrainer äußerst erfolgreich und ist mit seinen Teams dreimal Olympiasieger geworden. Seit Kurzem ist er Leiter Konzeptentwicklung bei der Akademie des Deutschen Fußballbundes in Frankfurt am Main. HaysWorld hat ihn zu der Frage interviewt, ob der Sport zu komplex geworden ist und seine Einfachheit verloren hat.

## Im Sport reden wir mittlerweile von Big Data. Das klingt wenig einfach?

Das stimmt. Man ist auf der Suche nach dem Heiligen Gral und versucht, eine komplexe Sportart zu objektivieren. Man sammelt die ganzen Daten, um letztlich einfache Ursache-Wirkungs-Zusammenhänge darzustellen und daraus Empfehlungen für das Training oder für die Spiele abzuleiten. Aber das sind kleine Hilfsmittel und niemals das Ganze.

## Mit den großen Trainerstäben wird die Mannschaftsführung ebenfalls komplizierter?

Das ändert sich in der Tat. Früher warst Du als Cheftrainer „Mädchen für alles“. Inzwischen gibt es Trainerstäbe, die bis zu 30 Mann stark sind. Dann hast Du als Cheftrainer zwei Mannschaften zu managen, die Sportmannschaft und Dein Trainerteam. Es geht daher viel mehr hin zum Manager und weg vom Platz. Du musst sehr genau überlegen, wie viele Spezialisten Du benötigst und wie weit Du auffächerst. Aber irgendwann ist Schluss, dann nimmt der Grenznutzen ab.

## Und dann muss ein Trainer auch noch ein Konzepttrainer sein?

Was ist ein Konzepttrainer? Es geht zuerst um den Menschen und in zweiter Linie um das Konzept. Es wird keine erfolgreichen Konzepttrainer geben, die nur Konzept können, aber in der Menschenführung versagen. Da steht eine Mannschaft mit ihren Spielern – mit denen musst Du umge-

hen. Es hilft Dir sehr, wenn Du ein Konzept hast, das die Spieler mittragen. Wenn sie es nicht mittragen, dann kann ein Konzept noch so super gestrickt sein, es wird nicht funktionieren.

## Können komplexe Spielsituationen trainiert und automatisiert werden?

Natürlich. Aber es geht nicht darum, jede Spielsituation vorwegzunehmen und die Lösung parat zu haben. Vielmehr gilt es, Spielern und Mannschaften im Training anspruchsvolle Lernumgebungen zur Verfügung zu stellen. Daraus entstehen Lernreize, die ihnen helfen, unter Druck die richtigen Entscheidungen zu treffen. Wenn ich den ganzen Tag nur fünf gegen zwei im Kreis spielen lasse, ist das kein spielnahes Training, das Spieler im Wettkampf in die Lage versetzt, sofort Lösungen für die gerade entstehenden Spielsituationen zu finden. Und das musst Du ständig üben.

## Training muss also auch komplex sein?

Nicht nur, aber immer wieder. Ich würde in keinem Training immer nur einen Inhalt üben lassen. Der Wechsel ist für unser Gehirn das eigentlich Spannende. Das heißt, die Spieler müssen im Training unter einem gewissen Druck gehalten werden, weil das den Wettkampf simuliert. Im Wettkampf können wir auch nicht alle 20 Sekunden irgendwo hinschauen und um Hilfe rufen. Wir müssen sofort erkennen und handeln. Oder noch besser, bevor es überhaupt passiert ist, schon einen Eindruck entwickelt haben, was da



„Auf die einfache Freude am Spiel kommt es an! Wenn wir die verlieren, haben wir alles verloren. Da kannst Du drum herumbauen, was Du willst.“

Foto: Tom Merton/getty images

gleich passieren wird, und proaktiv handeln. Das sind die richtig guten Mannschaften.

### Überfordert das nicht die Spieler?

Ich will ja keine Erfüllungsgehilfen als Spieler, sondern ich will selbstständige Persönlichkeiten entwickeln, die auf der grünen Wiese unter Druckbedingungen schnell eigene Entscheidungen treffen. Die brauche ich. Im Spiel hast Du vielleicht zwei oder drei Mal Punkte, wo Du als Trainer intervenierst, und dann ist auch gut. Eine Topmannschaft macht den Rest alleine.

### Komplexe Modelle sind also gefragt, aber wo bleibt die einfache Freude am Spiel?

Darauf kommt es nach wie vor entscheidend an! Wenn wir das verlieren, haben wir alles verloren. Da kannst Du drum herumbauen, was Du willst. Eine freudlose Umgebung stirbt ganz schnell vor sich hin. Da kannst Du noch so viel mit Big Data machen. Wenn die Menschen in diesem System keine Freude haben – das ist, wie wenn Du eine tote Pflanze düngen willst. Die wächst auch nicht mehr.

### Geht der Sport also langfristig wieder zurück in Richtung Einfachheit?

Es entwickelt sich stark in Richtung Party und weiter weg vom reinen Sportgeschehen. In den professionell betriebenen Sportarten wird das ganze Bohei drum herum immer

wichtiger. Dann wird hier noch gewedelt, da noch Musik angespielt und alle müssen auch im Stadion ihre Selfies machen. Mein Empfinden ist: Es bewegt sich weg vom Kern der Sache, dem sportlichen Wettkampf. Oder vielleicht ist die Party der neue Kern der Sache und Sport nur das Vehikel dafür? Das tut ein bisschen weh, aber so tickt die Welt. Ich finde, der Sport muss hier vor allem aufpassen, dass er seinen Kern behält.

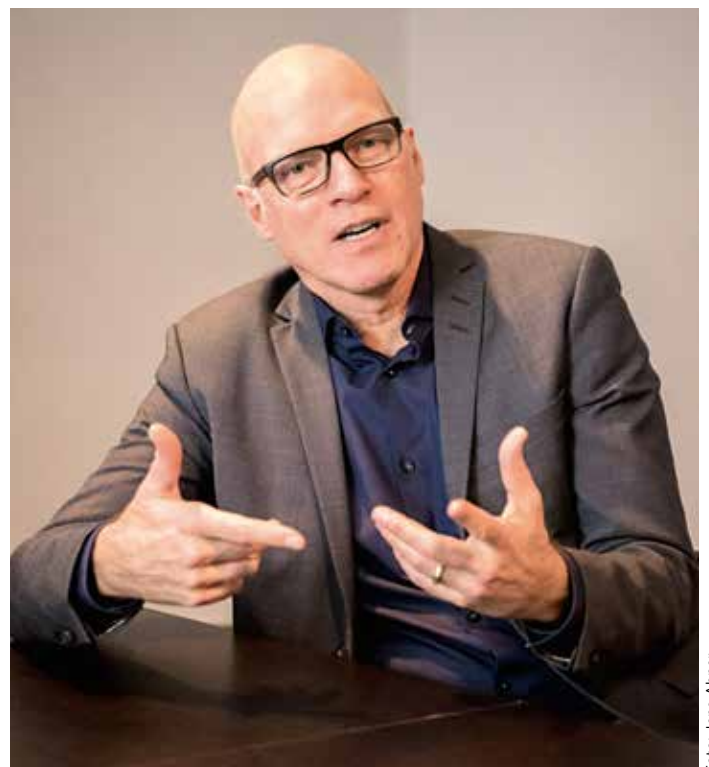


Foto: Jens Ahner