

# Auf dem Weg nach Rio

Anne Lisewski, Spitzensportlerin im Judo, will zu den Olympischen Spielen. Tyczka Totalgaz wird sie dabei unterstützen.

Antoinette Hennink aus den Niederlanden und Anne Lisewski (re.) bei den Swiss Judo Open

Ihr Ziel heißt Rio. Nein, nicht wegen der Copacabana oder dem Karneval. Vielmehr wegen einer acht mal acht Meter großen Matte, die für Anne Lisewski seit gut 15 Jahren die Welt bedeutet. Denn Anne Lisewski ist Judokämpferin oder

wie es in der Fachsprache heißt: Judoka. Und in Rio de Janeiro finden 2016 die Olympischen Spiele statt.

## Vieles ausprobiert

Begonnen hat sie mit der japanischen Kampfkunst als sie sieben Jahre alt war. In einem Alter also, wo andere Kinder mit der Blockflöte hantieren. „Aber die hatte ich selbstverständlich auch“, sagt Anne. Nur machte sie ihr eben nicht so viel Spaß, schon wegen der Hausaufgaben. Ganz anders beim Sport: Ob Fußball, Volleyball oder Tanzen – Bewegung war und ist ihre Leidenschaft. Und ihre Eltern unterstützten sie. Aber nicht krampfhaft, nicht leistungsorientiert. Nein, ganz im Gegenteil. „Meine Eltern ließen mich so viel wie möglich ausprobieren, damit ich das entdecke, was mir Spaß macht und mich ausfüllt“, erinnert sich die heute 22-Jährige.

Und so kam sie zum Judo. Doch nicht auf direktem Weg. Damals in Berlin – ja, Anne Lisewski ist eine „echte Berliner Göre“, wie sie selbst sagt – war sie im Wohnhaus mit ein paar Nachbarskindern befreundet. Einer wurde immer gehänselt, hatte wenig Selbstvertrauen. Sein Vater riet ihm, es einmal mit Judo zu versuchen. Nur allein wollte er nicht hin. Und da er und Anne sowieso viel Zeit miteinander verbrachten, war die Idee schnell da, gemeinsam Judo auszuprobieren. Wie aber das Leben so spielt: Auch dort fand der Junge keinen Anschluss. Er ging, Anne blieb. Und sie hatte Erfolg. Irgendwie schien es, als würde

sich im Judo alles vereinen, was ihr schon vorher im Sport so viel Spaß gemacht hatte: die Technik, die Koordination, die Kondition, die Kraft. Selbst das geliebte Tanzen fand sie im Judo wieder. Und so wurde der japanische Kampfsport zur großen Leidenschaft. „Das war ja alles nicht geplant“, meint Lisewski zu ihrem heutigen Leben als Leistungssportlerin in der deutschen Judo-Nationalmannschaft. Aber mit ihren Erfolgen in ihrem heimatlichen Verein „SV Berlin 2000“, dem sie auch heute noch treu ist, wurden die Trainer aufmerksam. Ihre Empfehlung: Anne soll auf die Werner-Seelenbinder-Schule gehen, eine Sport-Elite-schule. Sie machte also bei der Aufnahmeprüfung mit, „mehr so aus Spaß“ wie sie sagt, und wurde genommen. „Mit zwölf Jahren entscheidet man sich ja nicht für eine Zukunft. Wir dachten auch immer noch nicht an Olympia“, sagt die Sportlerin. „Ich freute mich auf meine Freunde, wir lernten zusammen, trainierten zusammen, Judo war unser Leben, wir waren dort wie eine kleine Judo-Familie.“

## Für den Sport entschieden

Erst ab der zehnten Klasse wurden dann die Weichen in Richtung Leistungssport gestellt. Nicht alle ihre Schulfreunde gingen diesen Weg. Anne schon. Mit Judo aufhören? Ein Leben ohne Judo? Nein, das kam für sie nicht in Frage. Und so setzte sie diesen Weg auch nach ihrem Abitur fort. Seit zweieinhalb Jahren ist Anne Lisewski nun in Köln. Hier ist sie in der Sportfördergruppe der Bun-



## Info

### JUDO – SCHON GEWUSST?

Der Begriff Judo ist eine Wortkombination und bedeutet so viel wie „Der sanfte Weg“. Er drückt damit die Idee dieser japanischen Kampfsportart aus: Die Sportlerinnen und Sportler versuchen, mit wenig Aufwand ein maximales Ergebnis zu erreichen. Dies wird auch als „Siegen durch Nachgeben“ beschrieben.

### So wird gekämpft

Ein Kampf dauert maximal fünf Minuten. Ziel ist, den Gegner auf den Rücken zu werfen. Der Erfolg dieses Wurfes wird bewertet: Bekommt der Judokämpfer einen Ippon (höchste Punktzahl), ist der Kampf sofort gewonnen. Weitere Wertungen sind: Wazari (ein halbes Ippon, bei zwei Wazari ist der Kampf auch gewonnen), Yuko und Koka. Wird kein Ippon erzielt, gewinnt der Kämpfer mit der höchsten Wertung – egal, wie viele Wertungen insgesamt bestehen. Ein Kampf ist auch beendet durch Aufgabe, Festhaltgriff (25 Sekunden) oder wenn der Kampfrichter eine Würgetechnik oder einen Armhebel für erfolgreich hält. Die Wertung wird offen angezeigt.



Anne Lisewski hat auch unter den jüngsten Judoka bereits ihre Fans.

deswehr im Rang einer Unteroffizierin. „Da man im Judo nicht so viel verdienen kann wie in anderen Sportarten, ist das eine ganz wichtige Einrichtung“, fasst Anne kurz deren Bedeutung zusammen. Nur durch die Sportfördergruppe kann sie Spitzensportlerin sein, aber sich auch ein zweites Standbein aufbauen. Und das ist ihr Vollzeitstudium der Germanistik und Slawistik, bereits im vierten Semester an der Universität Köln. Vielleicht geht die Reise Richtung Journalismus. Mal sehen. Konkreter ist das andere Ziel: die Olympischen Spiele 2016. „Wenn alles passt und man dort im Wettkampf einen tollen Punkt wirft, dann ist das das Größte“, sagt Lisewski und zeigt wieder, was sie antreibt: die absolute Leidenschaft für ihr Judo, ihren Sport. Sie trainiert hart im Olympiastützpunkt Rheinland, der auf dem Gelände der Deutschen Sporthochschule Köln liegt. Das Leistungszentrum Hockey-Judo bietet ihr optimale Bedingungen. Bundestrainer Michael Bazynski,

Stützpunkttrainer Martin Drechsler und U23-Trainer Daniel Gürschner unterstützen die Athletin. Zudem kämpft sie in der Ersten Bundesliga in der Gruppe Süd für den TSG Backnang. Das bringt permanente Wettkampfpraxis. Ebenso wie die European Cups, die in den nächsten Monaten anstehen. Auch wichtig sind die Trainingslehrgänge, zum Beispiel in Japan oder in Brasilien. „Denn jeder Kontinent hat so seinen Stil. Da ist es gut, den auch mal zu spüren“, sagt Anne Lisewski vielsagend. Ihr Ziel ist es, unter die zehn Besten der Weltrangliste zu kommen und sich so für die Olympischen Spiele zu qualifizieren. Wenn alles gut geht, sie erfolgreich und gesund bleibt, fährt 2016 eine glückliche Anne nach Rio de Janeiro.

#### Durch Kunden vermittelt

Tyczka Totalgaz unterstützt sie auf diesem Weg. Ihre Leidenschaft passt einfach zu der des Unternehmens – auch für die Olympischen Spiele. Zudem hat Judo viel mit

dem effizienten Einsatz von Kraft und Energie zu tun. Vermittelt hat den Kontakt übrigens ein Kunde von Tyczka Totalgaz: Maik Schoch. Anne Lisewski besuchte für einen Tag die Kinder seines Judo-Vereins. „Ich weiß ja noch, wie toll das für mich war, wenn jemand aus der Nationalmannschaft zu uns kam“, erklärt sie ihr Engagement für den Judo-Nachwuchs. Maik Schoch wollte sich revanchieren und fragte einfach bei seinem Versorger Tyczka Totalgaz an, ob er nicht die Athletin unterstützen könnte. Das Unternehmen sagte ja. Also: Willkommen Anne und viel Glück auf dem Weg nach Rio de Janeiro.

#### Info



#### ANNE LISEWSKI – EINE KURZBIOGRAPHIE

- geboren: 17. Mai 1990
- Heimatverein: SV Berlin 2000
- Verein in der 1. Bundesliga: TSG Backnang
- Nationalmannschaft: seit 2005
- Angehörige der Sportfördergruppe der Bundeswehr; Rang: Unteroffizierin
- Training: Olympiastützpunkt Rheinland
- Bisherige Erfolge:
  - Deutsche Meisterin (Junioren) 2008, 2009
  - Deutsche Vizemeisterin 2012
  - 5. Platz Weltmeisterschaften (Junioren) 2008
  - 3. Platz Military World Games 2011



Die Französin Valérie Etienne (weiß) und Anne Lisewski bei den Swiss Judo Open 2012 in Genf