

**DRŽAVNO NATJECANJE**  
**UČENIKA SREDNJIH ŠKOLA REPUBLIKE HRVATSKE**  
**2018./2019.**  
**KATEGORIJA II**

**HÖRVERSTEHEN - Transkript des Textes**

*Hinweis: Zuerst lesen die Schüler die Aufgaben und dann wird der Hörtext vorgespielt (gelesen). Anschließend haben die Schüler ca. zwei Minuten Zeit, um die Antworten in den Antwortbogen zu übertragen. (ne snima se, uputa u slučaju čitanja)*

**Aufgabe 1**

**Lies zuerst die Aufgabe 1. Dafür hast du 30 Sekunden Zeit.**

**Du hörst ein Interview mit Fabian Hambüchen, Deutschlands Sportler des Jahres 2016. Du hörst seine Antworten. Für jede Antwort (1-10) passt eine Frage des Interviewers (A-N). Drei Fragen bleiben übrig. Du hörst die Antworten zweimal.**

**0 ist ein Beispiel. Übertrage anschließend deine Antworten in den Antwortbogen.**

**Hörtext zur Aufgabe 1**

0. *Nur Gute. Wenn sich die Kinder draußen getroffen haben, war ich in der Turnhalle. Das war mein Spielplatz. Ich glaube, ich habe die Energie aus dem Spaß gewonnen, den mir das alles gemacht hat. Mein Vater, mein Bruder, alle haben geturnt und haben diese Leidenschaft über Jahre vorgelebt. Ich habe die turnerischen Gene meines Vaters geerbt und auch seine Verrücktheit. Es gab Zeiten, da war ich morgens um sechs wach und habe mir am Fernseher die ersten Turnkassetten reingehauen.*
1. Das funktioniert nur, wenn man ein gutes Team um sich hat. Das waren primär meine Eltern. Meine Mutter hat alles organisiert. Das war die Grundlage, aber klar, ich musste diszipliniert und fleißig sein. Ich war auch darauf angewiesen, dass mir die Professoren Stoff per Mail schicken. War nicht immer einfach, nicht jeder Lehrer unterstützt so etwas. Es gibt auch ein paar Sportmuffel, die der Meinung sind, der Kopf sei nicht nur dazu da, Medaillen umgehängt zu bekommen.
2. Wenn es nicht so gewesen wäre, hätte ich es nicht geschafft. Klar braucht man Talent, aber was man vor allem braucht, ist Einstellung, Mentalität. Wenn du Lustlosigkeit empfindest, dann hast du schon verloren. Du musst bereit sein, alles zu geben und auf der anderen Seite auch auf alles zu verzichten, was im Weg stehen könnte. Ich musste nicht in die Disco gehen oder mit Mädels was haben. Ich wollte turnen, turnen, turnen.
3. Ich musste ganz schnell lernen, erwachsen zu denken, durfte mich nicht über Emotionen steuern lassen. Ich durfte mir nicht viele Fehler erlauben im Umgang mit der Öffentlichkeit. Das haben wir relativ gut hingekriegt, wir haben nicht bewusst daran gearbeitet, das war mehr learning by doing, als nach Olympia in Athen 2004 plötzlich so viele Medienanfragen kamen.
4. Es wird, aus sportlicher Sicht, nicht einfacher, wenn du älter wirst. In mancher Hinsicht ist Erfahrung gut, aber du fängst auch an, viel mehr nachzudenken. Jeder kennt das aus dem Alltag, dass das Leichte, das Unbeschwerte verloren geht. Mit 16 bei Olympia in Athen habe ich einfach drauflosgeturnt. Das war in Rio nicht mehr möglich. Was wir dort allein mental vor dem Reckfinale gearbeitet haben, das war hart und viel. Es sind mir so viele Gedanken durch den Kopf gegangen.

**5.** Bei mir war vor den olympischen Spielen das Psychische schwieriger. Das Körperliche lief über den Willen und die Erfahrung, obwohl ich drei Monate nicht trainiert hatte und noch nie eine so lange Pause hatte. Wir haben alles genau geplant, den Formaufbau, die Ernährung, alles, ich habe sechs Kilo abgenommen, ich war fit, als wir in Rio ankamen, aber an der Psyche mussten wir noch hart arbeiten.

**6.** Ganz anders als sonst. Er hat vorgeschlagen, alles auf meine verletzte Schulter zu beziehen, Wir haben dann gesagt, dass ich froh sein kann, überhaupt dabei zu sein. Bei meinen vierten Olympischen Spielen - das war der von ihm vorgeschlagene mentale Ansatz und der hat mich natürlich psychisch stark entlastet. Es geht immer darum, die Aufmerksamkeit auf das zu lenken, was du machen musst, um das zu schaffen, was du dir wünschst.

**7.** Ich bin davor schier gestorben vor Aufregung, das war drei Mal schlimmer als vor der Reckübung selbst. Es war brutal. Als der letzte Konkurrent seine Übung hinter sich hatte, habe ich auf die Bande geschlagen wie ein Wahnsinniger und habe zu meinem Vater gesagt: Das muss jetzt endlich diese verdammte Goldmedaille sein! Es war von Peking her immer noch eine so große Belastung in mir, ich hatte mir immer gesagt, da hattest du die Chance deines Lebens auf Gold, und die hast du verpasst. Und als es dann in Rio Gold war, da musste ich nur noch alles rausschreien.

**8.** Die Goldmedaille macht es perfekt, sie rundet die Karriere ab. Aber auch ohne sie wäre es eine tolle Karriere gewesen, aber es hätte wohl doch immer einen faden Beigeschmack gehabt. Ich hätte mir gesagt, gut, manchmal sollen Träume eben Träume bleiben. Ich hätte mir das mental so zurechtgebogen, dass ich darunter nicht gelitten hätte. Aber so, wie es jetzt ist, ist es perfekt.

**9.** Ich werde erst mal das Studium abschließen und mir Zeit nehmen, zu überlegen, was ich wirklich machen will. Grundsätzlich kann ich mich vom Turnen nicht wegdenken. Ich denke, dass ich ihm auf irgendeine Weise immer verbunden bleibe. Ob ich mal als Trainer in der Halle stehe, vielleicht als Nachfolger meines Vaters in Wetzlar, weiß ich noch nicht. Andererseits probiere ich schon, bei Klaus Kärcher, meinem Manager, ein bisschen einzusteigen. Medienlandschaft ist auch eine Idee, aber letztlich ist noch alles offen.

**10.** Auf der internationalen Bühne nicht mehr zu stehen, wird wahrscheinlich das Schwierigste sein. So viel Stress und Druck es auch immer war, im Nachhinein ist es das, wofür ich bisher gelebt habe, was am meisten Bock gemacht hat. Ich werde dem nachweinen, andererseits wird mein Leben auch ein bisschen entspannter werden.

Quelle: <https://www.faz.net/aktuell/sport/mehr-sport/sportler-des-jahres-2016-fabian-hambuechen-im-interview-14581114>