

Serie Mein Leben als Trainer

Duett am Beckenrand

Von **Olaf Dorow** - 25.01.2020 -

Warum die Schwimmtrainer Tobias Bader aus Huchting und Uwe Hilbrands aus Blumenthal gemeinsame Sache machen



Verschiedene Ansätze, gemeinsame Arbeit: Tobias Bader (links) und Uwe Hilbrands mit ihren TSG-Schwimmern. (Kuhaupt)

Marcel Koltermann ist ein guter Schwimmer. Er zählt in Deutschland zu den Besten, wenn auch nicht zu den Allerbesten. Er hat ein hohes Niveau. Für sein Masterstudium wählte der Rheinländer den Standort Bremen, und für sein Schwimmtraining entschied er sich für die Trainings- und Startgemeinschaft (TSG) Huchting/Blumenthal. Das passiert in letzter Zeit häufiger, dass sich ambitionierte Schwimmer für die TSG entscheiden. Im Sommer wechselten etliche Athleten der SG Aumund-Vegesack zu ihr, auch aus anderen Vereinen gibt es Anfragen. Ja, könne schon so sein, dass die TSG eine gewisse Magnetwirkung ausübe, sagt Tobias Bader.

Aufstieg knapp verpasst

Das liegt zu einem nicht geringen Teil an ihm. Und an Uwe Hilbrands. Die beiden Trainer stehen für dieses TSG-Projekt, das es seit ein paar Jahren gibt und das will, was Startgemeinschaften traditionell wollen: Kräfte bündeln. Synergien nutzen. Im Bremer Schwimmsport, nicht eben üppig ausgestattet mit Hallenzeiten oder Trainerstellen, versuchten das in der Vergangenheit schon die SG Hanse, die SG Bremer Roland oder die SSG Bremen/Bremerhaven. Die seien aber nicht so organisch gewachsen wie die TSG, sagt Hilbrands. In der vergangenen Saison haben die TSG-Männer den Aufstieg von der [zweiten Bundesliga Nord als zweitplatziertes Team in die erste Liga nur verpasst](#), weil die Team in der zweiten Liga Süd/West stärker waren. In der Szene ist lange geunkelt worden, dass es auf lange

Sicht keinen Bundesligisten aus Bremen mehr geben wird.

Das Zusammenwachsen begann vor mehr als sechs Jahren, als der TuS Huchting – mit seinem Trainer Tobias Bader – sowie der Blumenthaler TV – mit seinem Trainer Uwe Hilbrands – ein gemeinsames Trainingslager in Bremerhaven planten. Ein Prozess war in Gang gesetzt, und aus durchaus vorhandener Skepsis wurde volles Vertrauen. 2015, in einem erneuten gemeinsamen Trainingscamp im türkischen Belek kam die Frage dann als verbal formulierte auf: Mensch, würde es nicht Sinn machen, unsere Schwimmer in Zukunft gemeinsam starten zu lassen?

Ja, macht Sinn, sagen beide. Bader sagt, er habe mittlerweile überhaupt keine Probleme mehr, seine Huchtinger Athleten in die Hände des Kollegen zu geben. Kollege Hilbrands sagt, er sei ja schon ein kleiner König in der Bremer Szene. Er hat die A-Lizenz, er ist Fachwart fürs Leistungsschwimmen im Landesverband. Er ist schon so lange dabei und in Bremen ungefähr das Gegenteil von einem No-Name am Beckenrand. Der kleine König sagt: „Der Tobias, der darf mir schon was sagen.“ Und lacht.

Beide lachen jetzt. Bei der Frage, ob sie auch Freunde wären, sagen sie: Na ja, nicht in der Form, dass es gemeinsame Urlaubsfahrten gibt. Aber doch, ja, sie seien inzwischen Freunde. Das sei auch für die Athleten keine ganz unwichtige Sache. Vielleicht klappt die Gemeinsam-sind-wir-stärker-Sache auch deswegen ganz gut, weil beide Trainer als unterschiedliche Trainer-Typen daherkommen und quasi verschiedene Stärken einbringen. Hilbrands, 51, ist – um es bildhaft auszudrücken – mehr der Kopf, Bader, 48, mehr der Bauch. Der eine hat eher den technischen Ansatz, der andere eher den pädagogischen.

Ein ITler und ein Lehrer

Zufall oder nicht: So sind sie auch beruflich aufgestellt. Hilbrands ist ITler bei Abeking und Rasmussen, Bader ist Sport- und Geografie-Lehrer am Gymnasium Links der Weser. Hilbrands hat keine Kinder, Bader ist zweifacher Vater, seine Kinder sind drei Jahre beziehungsweise sieben Monate alt. Hilbrands sagt, er sei auch als Schwimmtrainer relativ zahlenfixiert. Laktatwerte, Pulswerte, Trainingsumfänge, Trainingszeiten, das sind zentrale Orientierungspunkte für ihn. Bader sagt, er habe als Schwimmtrainer eine etwas andere Sichtweise. Vielleicht kann man sich das so vorstellen: Wer liegt wie im Wasser? Wer fühlt sich womit wohler? Was sollte man ändern oder mit dem Athleten besprechen?

Und beide Trainer betonen, wie sehr sie inzwischen voneinander profitieren. "Ich staune", sagt Bader, "was Uwe anhand der Zahlen 'rausholt." Hilbrands sagt: Für mich hat Tobias eine extrem gute Beobachtungsgabe." Inzwischen geht die Kooperation auch so weit, dass nicht nur die Eliteschwimmer für die Startgemeinschaft starten. Seit dem Sommer würden alle als TSG-Schwimmer auf die Startblöcke steigen, von den Kindern bis zu den Senioren. "Ich kann mir das mittlerweile gar nicht mehr anders vorstellen", sagt Bader. "Nee, alleine geht das nicht mehr", sagt Hilbrands.

Hilbrands ist so etwas wie ein Urgestein in der Bremer Schwimmszene. Mehr als vier Jahrzehnte liegen seine Anfänge als Sportler zurück. Er startete für Schwanewede, für den Blumenthaler TV, für den Bremischen SV, er schaffte es einmal bis ins Finale der norddeutschen Meisterschaften. Als ihn Anfang der 1990er-Jahre eine Adduktorenverletzung stoppte, stoppte das nicht seinen Weg in die Hallen. Er wollte seinem Sport treu bleiben, erwarb die Lizenzen – und einen Stammplatz am Beckenrand. Oft würde er dort 15, 16

Stunden verbringen. Pro Woche. Manchmal seien es gar bis zu 20 Stunden. Plus die ganze Planung, das ganze Organisieren.

Auch Tobias Bader verbringt viele Wochenstunden am Beckenrand, auch er kennt die Perspektive des Athleten gut. Er bestritt Wettkämpfe, bis er 16 war. Ehe er abbrach und zwei Jahre später doch wieder zurückkehrte. Als er sah – so erzählt er es – dass um ihn herum fast ausschließlich Kinder zum Training kamen, habe er sich gesagt: „Okay, dann kann ich auch etwas am Beckenrand machen.“ Er habe gespürt, dass es ihm liegt, mit Kindern zu arbeiten. Er kam in die Verantwortung beim TuS Huchting, so wie Uwe Hilbrands beim Blumenthaler TV. Und irgendwann haben dann beide gespürt, dass es keine schlechte Idee ist, die Verantwortung zu teilen.

Weitere Informationen

In loser Folge widmet sich die Sportredaktion Menschen aus Bremen, ohne die Sport nicht so funktionieren würde, wie er funktioniert. In der Serie unter dem Titel „Mein Leben als Trainer“ sollen bekannte wie unbekannt Trainer vorgestellt werden, die sich in kleinen oder großen Vereinen in unterschiedlichsten Sportarten engagieren. Die alte oder junge Sportler betreuen, Breitensportler, Leistungssportler, Anfänger, Routiniers. Egal, in welchem Bereich sie sich engagieren, es eint sie ihre nicht hoch genug einzuschätzende Rolle: Sie sind tragende Säulen des Sportbetriebs.
