



Michael Stumpf (links) hat den Nachwuchsbereich des TTC Grün-Gelb Braunschweig zu dem wohl größten in Braunschweig gemacht.

BERNWARD COMES/FMN

Tischtennis statt Strand – Trainer opfert seinen Urlaub

Michael Stumpf ist für den Aufschwung im Tischtennis-Nachwuchs des TTC Grün-Gelb Braunschweig verantwortlich. Ein Camp ist ein Baustein.

Henning Thobaben

Braunschweig. In die Berge oder ans Meer? Aktiv sein oder nur chillen? Hotel oder Ferienwohnung? Das sind Fragen, die sich viele Menschen bei der Urlaubsplanung stellen. Michael Stumpf hat es etwas einfacher. Allein die Hälfte seines Jahresurlaubs ist regelmäßig für die Sommerferien reserviert. Für drei Wochen zieht es den 32-jährigen dann nicht in die Ferne, sondern in den nur wenige Kilometer von seinem Wohnort Sickinge entfernten Braunschweiger Stadtteil Linden-berg. Dort baut er ein Tischtennis-Camp für meist rund 150 Mädchen und Jungs auf – ein wenig Urlaubsflair durch einen Pool inklusive.

Stumpf freut sich schon jetzt auf die Zeit mit den meist 8-bis 14-Jährigen. So wie jedes Jahr. Auch wenn die Ferienfreizeit unter dem Titel Tischtennis-Camp läuft – es steht dort noch viel mehr auf dem Programm als nur lockeres Pingpong. Kicker-, Billard-, Darts- und Schachturnier gehören ebenso dazu wie beispielsweise ein Quiz, weitere Späktationen oder eine Rad-tour nach Salzdahlum. Und dann

ist da noch der Aufstellpool, neben dem ein kleines Trampolin geparkt wird. Meist muss Stumpf jedes Jahr ein neues Planschbassin kaufen.

Für den TTC Grün-Gelb Braunschweig ist Michael Stumpf ein

Beim Tischtennis kann auch ein kleiner Junge gegen einen Senioren antreten.

Michael Stumpf, Jugendtrainer, über etwas, was er an dem Sport so mag.

wahrer Glücksfall. Als er früher als 12-Jähriger in den SV Schwarzer Berg eintrat und dort den Schläger schwang, erlebte er, wie engagierte Trainer einen Zugang zu den Jugendlichen aufbauten. Auch dort gab es ein Sommercamp, das viele Kids anlockte. „Einmal wollte ich zum Training, aber das fiel wegen des Camps aus. Da wurde ich gefragt, ob ich nicht als Teamer einsteigen wollte“, erzählt Stumpf.

Als sich der Tischtennis-Spielbe-

trieb beim SV Schwarzer Berg auflöste, wechselte der Braunschweiger zum TTC Grün-Gelb – und importierte dort das erfolgreiche Camp-Konzept. Dort hatte der Jugendtrainer gerade aufgehört, Stumpf war im Alter von 21 Jahren in eine neue Rolle gerutscht. Heute sind sich alle im Verein sicher: Kaum einer könnte die Funktion besser ausfüllen. Aus damals sechs bis acht Nachwuchskräften im Verein sind heute 35 bis 40 geworden. Die Jugendabteilung des Klubs boomt. Ab Sommer sollen sechs Mannschaften an den Start gehen.

Aber nicht nur quantitativ hat Michael Stumpf den Nachwuchsbereich des Klubs nach oben gebracht. Auch das Leistungsniveau der Talente ist gestiegen. Die erste TTC-Jugendmannschaft spielte zuletzt mehrfach in der Niedersachsenliga und reiste für Punktspiele durch das gesamte Bundesland. Immer wieder werden höherklassige Vereine auf die jungen Cracks im Klub aufmerksam und werben sie ab. Aber bei vielen gelingt es auch, sie zu halten. Michael Stumpf ist ein wichtiger Faktor dabei.

Denn der Coach lebt für sein



Jugendtrainer Michael Stumpf organisiert für den TTC Grün-Gelb Braunschweig seit Jahren ein Sommercamp, das viel mehr als nur Tischtennis bietet.

BERNWARD COMES/FMN

Hobby. „Beim Tischtennis kann auch ein kleiner Junge gegen einen Senioren antreten“, betont er den generationenübergreifenden Aspekt. Der Sport gilt als einer, der nur wenig Verletzungsgefahr birgt. Der körperliche Verschleiß ist gering. Nachlassende Schnelligkeit und Athletik können etwa durch Erfahrung, Ballgefühl oder Schlagtechnik kompensiert werden. Auch deswegen halten sich Ü40-Spieler so konstant in der Weltpitze.

Michael Stumpfs Ziel ist jedoch,

den Nachwuchs von Beginn an perfekt zu schulen. Dabei nutzt er auch Hilfsmittel wie die Videoanalyse. Sein wirksamstes Mittel jedoch der gute Draht zu den Kindern und Jugendlichen. „Wir versuchen die gleiche Sprache wie die Jungs zu sprechen, sind alle selbst noch recht jung“, meint der Cheftrainer des TTC, der bei jeder Übungseinheit zwei weitere Trainer an seiner Seite hat. Auch in privaten Dingen ist er Ansprechpartner für viele Talente.

Meist an sechs Tagen der Woche

ist Stumpf für den Verein in Sachen Tischtennis aktiv, spielt selbst auch noch in der 2. Herrenmannschaft. An den Wochenenden stehen oft samstags und sonntags Punktspiele an. Am langen Himmelfahrtswochenende reist der Trainer mit acht Jugendlichen zu einem Turnier mit Zeltlager nach Mettingen in Nordrhein-Westfalen.

Ab 21. Juli geht dann das Tischtennis-Camp im Lindenberg los, mit drei Gruppen in drei Wochen. Dafür wird Michael Stumpf auch seine mobilen Kochplatten aktivieren, die sonst fast das ganze Jahr ungenutzt im Keller liegen. Im Untergeschoss steht im größten Raum übrigens auch eine Tischtennisplatte, die deutlich häufiger frequentiert wird. „Auch da finden noch einige zusätzliche Trainingseinheiten statt“, erklärt der so tischtennisverrückte Trainer.

Das Sommer-Ferienprogramm für Braunschweig (FiBS) mit Tischtennis-Camp und zahlreichen weiteren Angeboten erscheint am kommenden Montag, 19. Mai. Die Buchung der Plätze ist ab Donnerstag, 22. Mai, um 17 Uhr möglich.

Von idyllisch bis sportlich – Hauptsache auf zwei Rädern

Egal ob Anfänger, Hobbyradler oder Rennradfahrer: Auf diesen fünf Strecken in Braunschweig und der Region lohnt sich eine Fahrradtour.

David Venturini

Braunschweig. Der Frühling ist in Braunschweig schon vor einiger Zeit aufgeblüht, der Sommer naht. Für alle Radprofis, Hobbysportler oder gemütliche Sonntags-Radfahrer: Das Fahrrad sollte mittlerweile längst aus der Garage geholt und gründlich abgestaubt sein – denn Andreas Rudnicki, Radexperte und Vorsitzender des RSV 1923, kennt sich bestens aus mit der Fahrradsaison und stellt fünf Routen in der Region vor, auf denen sich das Radeln voll und ganz lohnt.

Egal ob Anfänger, Hobbyradler oder Rennrad-Profi: Auf diesen fünf Strecken in Braunschweig ist für jeden etwas dabei.

Die erste Route ist rund 28 Kilometer lang und beginnt in Braunschweigs Weststadt. Von dort geht es über Timmerlah und Groß Gleidingen bis nach Wierthe. Anschließend geht es südlich entlang der

L473 nach Vellstedt. Danach führt die Landstraße über den Stichkanal Salzgitter weiter Richtung Osten bis nach Thiede. Schlussendlich geht es dann wieder nördlich bis in die Weststadt Braunschweigs. Eine schöne Landstraßenstrecke, bei der die Radfahrer die weiten Felder der Region sowie einzelne Ortschaften besichtigen können. Einziger Nachteil: Die Strecke führt weitgehend über Landstraßen, separate Radwege gibt es dort nicht.

Die zweite Route beginnt an der Georg-Westermann-Allee in Braunschweigs Östlichem Ringgebiet. Von dort führt die Strecke südöstlich aus der Löwenstadt raus, am Schöppenstedter Turm vorbei bis nach Hötzum. Danach radeln die Sportler weiter entlang einer schönen Landstraßenstrecke, umgeben von Feldern und Wiesen, nach Apelnstedt, Dettum und anschließend Mönchevahlberg. Am Dettum vorbei umkurvt man den Asse-Wald

und fährt südlich bis Kissenbrück. Der südlichste Punkt der Strecke ist damit erreicht, danach geht's nördlich wieder über Salzdahlum und Mascherode zurück nach Braunschweig ins Östliche Ringgebiet. Schlussendlich haben die Radler dann eine Strecke von rund 55 Kilometern hinter sich gebracht.

Die dritte Route ist ein Rundweg um die Löwenstadt herum. Hier wird so gut wie jedes Dorf und jede Vorstadt durchquert. Ein großer Vorteil: Die Strecke kann überall begonnen und beendet werden. Auf dieser Route können die Radfahrer außerdem unterwegs weitere Begleiter einsammeln und sich jederzeit wieder ausklinken. Ein möglicher Startpunkt wäre der Westpark in Braunschweig. Die Wege führen hauptsächlich über Landstraßen zu den einzelnen Ortschaften. Im Süden geht es bis nach Stöckheim, im Westen bis nach Meerdorf, im Norden bis nach Rötgesbüttel und im

Osten bis nach Hordorf. Entscheiden sich die Radler, den gesamten Rundweg zu fahren, kommen sie am Ende auf über 92 Kilometer.

Die vierte Route lässt sich sowohl mit dem Fahrrad als auch als Joggingstrecke nutzen: das Braunschweiger Ringgleis. Ein Weg entlang einer alten Bahnstrecke führt rund um Braunschweig. Hier lässt es sich gut laufen, Fahrrad fahren oder spazieren gehen. Einmal herum sind es gut 20 Kilometer. Wer die nicht schafft, kann das Ringgleis an vielen verschiedenen Punkten betreten oder auch wieder verlassen. Zwar müssen die Radfahrer häufig Hauptstraßen überqueren, ansonsten sind sie aber auf einem gesonderten Weg ohne Autoverkehr unterwegs.

Die fünfte Route führt durch den Süden Braunschweigs. Start ist am Hauptbahnhof, von dort geht es dann westlich in den Bürgerpark.

Nach einer kleinen Runde im Park führt die Strecke südlich entlang der Oker am Spielmannsteich vorbei und anschließend an der Westseite des Südses. Am südlichen Ende des Sees angekommen, überqueren die Radler die Oker und fahren auf der Ostseite, vorbei am Schloss Richmond, wieder in den Bürgerpark und von dort schlussendlich zurück zum Hauptbahnhof. Am Ende haben die Fahrrad-Begeisterten dann eine Strecke von rund 14 Kilometern auf dem Tacho.

Die sommerlichen Temperaturen sind bereits in dieser Woche angekommen. Auch am 1. Mai werden Sonnenschein und sommerliche Gradzahlen erwartet. Wer sein Fahrrad also noch im Keller oder in der Garage stehen hat, der sollte schleunigst den Staub abklopfen und sich aufschwingen: Denn besonders bei schönem Wetter lohnen sich diese fünf Strecken in Braunschweigs Region zum Fahrradfahren.

Andreas Rudnicki vom Rad-sport-Verein Braunschweig 1923 kennt die Radstrecken in der Umgebung bestens. PRIVAT

