

Mit Salatblättern im Kopf am Stand

VISIER Sortierte Gedanken als Erfolgsrezept: Das Gmünder Duo Philipp Grimm und Manuel Heilgemeier geht die Schützen-EM als Aufgalopp zu Rio 2016 an.

VON MARTIN RUTRECHT

KELHEIM. Die große Meisterfete steht noch aus. Ende März wird der SV Kelheim-Gmünd die Titelsause als neuer Champion der Deutschen Luftpistolen-Bundesliga steigen lassen, zusammen mit dem zweiten Team, das in der 2. Bundesliga-Süd zur Nummer eins wurde. Vielleicht gesellen sich weitere Feiern hinzu: Der Verein ist von heute an mit drei Schützen bei der Europameisterschaft in Arnheim vertreten. Neben der Regensburgerin Monika Karsch (siehe Hauptsport) sind es Philipp Grimm (22) und Manuel Heilgemeier (26), die zur Druckluftwaffen-EM nach Holland reisen. Die beiden jungen Herren wollen ins Finale der Top Acht vorstoßen.

Trotz seiner erst 22 Jahre hat Philipp Grimm einige Erfahrung am Stand. Die jüngste ließ ihn zum Helden werden: Im Bundesliga-Finale zwang er die zweifache Olympiasiegerin Maria Grozdeva ins Stechen und zeigte dort Nervenstärke, als er zwei Zehner (maximale Ringzahl) abrief, während die Bulgarin beim zweiten Versuch mit einer Neun verlor. Es war der entscheidende Punkt für Gmünd zum 3:2-Sieg. „Dieses Stechen hat mir gezeigt, dass ich mit Drucksituationen umgehen kann. Das sollte mir auch bei der EM helfen“, sagt Grimm, der aus Volkach in Unterfranken stammt.

Wie Judoka Seidl bei der Polizei

Seit fünf Jahren gehört er dem Nationalkader an, zuerst als Junior (zweimal Team-EM-Gold), mittlerweile steht er im dritten Herren-Jahr. „Ich will in Arnheim vorrangig das Gefühl für internationale Wettkämpfe bekommen. Im April starte ich bei einem Weltcup in Korea.“ Dort beginnt das Rennen um sogenannte Quotenplätze für Olympia: Mit vorderen Rängen sichert man seiner Nation einen Startplatz bei den Spielen. Wer diesen letztlich in Anspruch nimmt, schießen die deutschen Athleten 2016 intern aus. „Mit 22 rennt mir die Zeit nicht davon. Ich sollte noch weitere Olympische Spiele anpeilen können. Aber gleich Rio zu schaffen, wäre ein Traum.“

Grimm kann seinem Sport ähnlich wie Judoka Sebastian Seidl aus Pförring bei der Bayerischen Bereitschaftspolizei nachgehen. „Sebi ist eine Klasse über mir. Ich habe 2013 begonnen. Wir haben im Jahr etwa vier Monate Ausbildung. Die restliche Zeit steht uns für unseren Sport zur Verfügung“, sagt der Polizeioberwachmeister. Da die Bereitschaftspolizei in Dachau angesiedelt ist, hat es Grimm nur einen Steinwurf zu seiner Trainingsstätte München-Hochbrück. „Dieses Modell



Philipp Grimm (l.) und Manuel Heilgemeier feierten heuer mit Kelheim-Gmünd den deutschen Titel.

Foto: Hutzler

DIE ENTSCHEIDUNG IST LIVE ZU SEHEN

► **Ablauf:** Die Herren-Konkurrenz mit der Luftpistole beginnt bei der EM in Arnheim heute um 16 Uhr mit dem Vorkampf. 60 Schuss sind abzugeben. Die besten acht Schützen bestreiten dann ab 18.30 Uhr das Finale. Dort scheidet

nach und nach jeweils der schlechteste Starter aus, bis am Ende ein Einzelduell um Gold übrig bleibt. Die Damen mit Monika Karsch haben ihren Auftritt am Samstag ab 9.30 Uhr. Um 11.30 ist das Finale angesetzt.

► **Übertragung:** Bei der EM können die Fans die Endrunden um die Medaillen live im Internet verfolgen. Auf der Homepage der Europäische Schützenkonföderation (ESK) läuft der Livestream:

→ www.esc-shooting.org

bietet optimale Bedingungen. Nach meiner aktiven Karriere kann ich bei der Polizei bleiben.“

Grimms Nervenstärke kommt unter anderem von der Arbeit mit einem Sportpsychologen. „Ich kann mich in ein, zwei Minuten mental auf einen Wettkampf einstellen. Ich habe die Nervosität ganz gut im Griff.“ Am Stand versuche er, seinen eigenen „Stil“ zu finden. „Da bin ich noch am Tüfteln. Die Bundesliga gibt mir Gelegenheit, manches auszuprobieren“, sagt der 22-Jährige, der wie Kollege Heilgemeier vom „super“ Gmünder Team schwärmt. Um das EM-Finale zu erreichen, das heute Abend stattfindet, müsse man im Vorkampf über 580 Ringe auf 60 Schuss abrufen. „Ich habe das drauf, aber es muss alles stimmen.“

„Kollege ist eine Wettkampfsau“

Ähnlich schätzt der 26-jährige Heilgemeier seine Chancen ein. „Bei entsprechender Tagesverfassung habe ich 582 Ringe drauf. Ich muss nur meine sprunghaften Gedankengänge im

Griff haben.“ Während sein Teamkamerad Grimm eine „Wettkampfsau“ im besten Sinne sei, „habe ich manchmal einen Salat im Kopf, wo ich von einem Gedanken zum nächsten hüpfte und dadurch unruhig werde“. Seit einem halben Jahr bringt der Kemptener Heilgemeier, der zuletzt wegen des Trainings mit Monika Karsch in Regensburg lebte, mehr und mehr Ordnung ins Chaos. „Jetzt habe ich die Salatblätter sortiert“, sagt er.

Dabei kann Heilgemeier seine Profession nicht mehr in Vollzeit bestreiten, der bisherige Sportsoldat musste seinen Dienst quittieren. „Meine Leistungen waren nicht mehr ausreichend, um bei der Bundeswehr Leistungssport machen zu dürfen.“ Zum 31. Januar rüstete Heilgemeier nach sechs Jahren ab und ging zurück nach Kempten, wo er als Schreiner einen alltäglichen Brotberuf hat. Und trotzdem stieg seine Leistungskurve an. Oder gerade deshalb. „Ich finde es angenehmer, tagsüber etwas anderes als Schießen im Kopf zu haben. Abends

im Training bin ich voll dabei. Als Sportsoldat bist du ständig unter Druck.“ Vielleicht hilft ihm auch, dass er im Mai erstmals Vater wird. „Da verschieben sich die Prioritäten.“

Ins Topteam für Rio schießen

Im Bundesliga-Showdown Anfang Februar war der Allgäuer der beständigste Kelheimer Schützen. In der deutschen EM-Qualifikation ließ er wie Grimm die Konkurrenz hinter sich. „Ein wenig stolz bin ich schon auf das, was ich geleistet habe. Bezeichnenderweise bin ich das erste Mal bei einer Europameisterschaft.“ Und so erhebt er auch Anwartschaft auf einen Platz im deutschen „Topteam Rio“, das auf Basis von EM- und Weltcup-Ergebnissen gebildet wird. Heilgemeier ist „guter Dinge“ für Arnheim und liebäugelt mit einem Finalplatz. „Zuletzt habe ich bei einem Ranglistenschießen 578 Ringe erzielt. Das würde nicht reichen. Aber ich kann mich um vier, fünf Ringe steigern.“ Wenn nur die Salatblätter geordnet sind.