

## Sport kompakt

## FUSSBALL

## Blackburn bestätigt Jones-Wechsel

Der Wechsel von Jermaine Jones vom FC Schalke 04 zu den Blackburn Rovers ist perfekt. Der 29 Jahre alte US-Nationalspieler wird bis zum Ende der laufenden Saison vom Bundesligisten ausgeliehen. (dpa)

## FUSSBALL

## Saudi-Arabien feuert den nächsten Trainer

Saudi-Arabien hat nach dem blamablen Auftritt beim Asien-Cup seinen zweiten Nationaltrainer innerhalb von zehn Tagen entlassen. Der dreimalige Kontinental-Champion feuerte am Dienstag Nasser Al-Johar. Saudi-Arabien hatte am Montag in Doha/Katar eine 0:5-Pleite gegen Japan kassiert; das Team schied damit sang- und klanglos mit drei Niederlagen aus. Schon nach der ersten Schlappe beim Asien-Cup gegen Syrien hatte Jose Pereiro als Trainer der Saudis seinen Hut nehmen müssen. (dpa)

## FUSSBALL

## Hoffenheim will Ryan Babel

Der niederländische Nationalstürmer Ryan Babel soll beim Bundesligisten 1899 Hoffenheim Querulant Demba Ba ersetzen. Der 24-jährige Profi vom FC Liverpool soll etwa sieben Millionen Euro Ablöse kosten. (dpa)

## GOLF

## Olazábal ist Kapitän im Ryder Cup

Der Spanier José María Olazábal ist neuer Ryder Cup-Kapitän des Europa-Teams. Der 44-Jährige übernimmt das Amt vom Schotten Colin Montgomerie. (dpa)

## WILDWASSER-RENNSPORT

## Verstärkung für Augsburg

Zum ersten Mal gibt es 2011 eine eigene Sprint-Weltmeisterschaft. Schwaben Augsburg organisiert die Titelkämpfe an Pfingsten (11. bis 13. Juni) auf dem Eiskanal. Für das WM-Team will sich der zweifache Weltmeister Norman Weber qualifizieren. Der Canadierfahrer startet künftig für Augsburg. (AZ)

## BOXEN

## Sebastian Zbik ist offizieller Weltmeister

Mittelgewichtler Sebastian Zbik (28) ist vom World Boxing Council zum Weltmeister ernannt worden, weil der Titelverteidiger nicht gegen ihn antreten wollte. (dpa)

## BOXEN

## Kneer ist neuer Bezirkssportwart

Beim Bezirkstag der schwäbischen Vereine in Augsburg wurde Armin Kneer (Augsburg) zum Sportwart gewählt. Jugendwart ist Wjatscheslaw Odenbach (Aichach). Die schwäbische Meisterschaft richtet der PSV Augsburg am 26./27. Februar aus. (AZ)

## Sportler des Tages

Nikolaj Roppel ist der neue Trainer der Volleyballerinnen des Allgäu Team Sonthofen. Der 37-Jährige übernahm beim Vorletzten der Bundesliga den Posten, den Andreas Wilhelm nach der jüngsten von sechs Niederlagen in Serie freiwillig geräumt hatte. Bis Dezember hatte Roppel noch Zweitligist DJK Augsburg-Hochzoll trainiert. Bereits heute wird er die Oberallgäuerinnen beim Spiel in Wiesbaden betreuen. Zeit, um Pläne zu schmieden, hatte er noch nicht: „Ich muss mir das alles erst mal anschauen.“ (bla)



Nikolaj Roppel

## Training für das Gehirn

**Sportwissenschaft** Der Diplom-Sportlehrer Horst Lutz hat ein Programm entwickelt, auf das neben Skifahrer Felix Neureuther auch die Fußballer von Borussia Dortmund vertrauen

VON WALTER BRUGGER

**Schäftlarn** Wenn Profifußballer sich im Training auf dem Platz überraschend ungenau anstellen und darüber sogar noch wie kleine Kinder freuen, dann hat das keinesfalls etwas mit mangelhafter Berufsauffassung zu tun. Vielmehr beschäftigen sie sich mit Life Kinetik, dem von Horst Lutz entwickelten Gehirntraining.

„Das Trainingsprogramm wirkt sich positiv auf die Gedankenschnelligkeit und das Gleichgewichtsgefühl aus, die Fehlerquote sinkt und die Sportler werden resistenter gegen Stress“, hat Lutz ausgemacht – und eine ganze Reihe Verbündeter gefunden. Insbesondere Jürgen Klopp, Trainer beim Bundesliga-Spitzenreiter Borussia Dortmund, hat die Vorzüge von Life Kinetik erkannt. Ende 2008 integrierte Klopp das Bewegungsprogramm zur Steigerung der Gehirnleistung in den Trainingsbetrieb. „Ich war einhalb Jahr lang einen Tag pro Woche in Dortmund“, berichtet Lutz und ist überzeugt, dass er damit einen Anteil an den aktuellen Erfolgen der Borussia hat. „Das hat zwar keine Leistungssteigerung von 20 Prozent zur Folge, wie manche Medien überspitzt behaupteten, doch in einem Bereich, wo schon Kleinigkeiten über Sieg oder Niederlage entscheiden, sind auch ein oder zwei Prozent eine ganze Menge“, wie der 49-Jährige weiß.

## Beim SVO Germaringen Fußball gespielt

Mit Fußball beschäftigt sich der aus Schäftlarn stammende Lutz schon seit frühester Kindheit, nicht nur weil er wie etwa für den SVO Germaringen aktiv dem Ball hinterherjagt. Früh stieg er ins Trainergeschäft ein, coachte den Nachwuchs des TSV 1860 München und war dort Jugendleiter, zwischendurch arbeitete der Diplom-Sportlehrer beim dreifachen isländischen Meister IB Vestmannaeyja. Auf die Idee mit Life Kinetik kam Lutz dann im Rahmen einer Zusatzausbildung zum Gesundheitstrainer. „Ich habe gemerkt, dass beispielsweise bei Überkreuzübungen Teile des Gehirns gar nicht genutzt werden“, so Lutz. Also hat er bekannte Übungen aufgegriffen und weiterentwickelt. Wie etwa diese: In jeder Hand liegt ein Tennisball, beide werden dann gleichzeitig in die Luft geworfen. Während der Flugphase werden die Hände gekreuzt und die Bälle wie-



Das von Horst Lutz (links) entwickelte Gehirntraining hat nicht nur Slalom-Ass Felix Neureuther zu Erfolgen verholfen, auch Mats Hummels (vorne) profitiert mit Borussia Dortmund davon. Foto: dpa

## Life Kinetik

Im Gehirn entstehen täglich bis zu 60 000 Zellen. Ziel ist es, diese ins „Netzwerk“ einzubauen. Um neue Verbindungen (Synapsen) im Gehirn entstehen zu lassen, müssen die Zellen jedoch gefordert werden. Je mehr Synapsen entstehen, desto leistungsfähiger wird das Gehirn. Gefördert wird die Synapsenbildung durch nicht alltägliche visuelle und koordinative Aufgaben. Dabei geht es nicht darum, Abläufe zu automatisieren, sondern den Schwierigkeitsgrad stetig zu erhöhen. Life Kinetik beinhaltet eine Vielzahl solcher Übungen, über deren Wirkung aktuell zahlreiche Studien von Universitäten durchgeführt werden.

der aufgefangen. Was simpel klingt, ist zunächst alles andere als einfach.

Die Dortmund sind von den Übungen begeistert, wie nicht nur der polnische Nationalspieler Jakub Blaszczykowski bestätigt: „Echt fas-

zierend, was er da alles mit uns anstellt.“ Aktuell ruht die Zusammenarbeit mit den Dortmundern zwar, weil durch die vielen englischen Wochen infolge der Europaliga-Einsätze die Trainingsmöglichkeiten im Herbst zeitlich stark eingeschränkt sind. „Wobei ich da ausnahmsweise mit Jürgen Klopp nicht auf der gleichen Linie liege. Ich bin überzeugt, dass sich Life Kinetik in das Regenerationstraining am Tag nach dem Spiel einbauen lässt, Klopp glaubt, dass der Kopf auch mal eine Pause braucht“, so Lutz.

Doch auch so hat der 49-Jährige genügend zu tun. Denn dank der Empfehlung von Jürgen Klopp ist Life Kinetik in der Bundesliga angekommen. Bei der TSG 1899 Hoffenheim hat Lutz ebenso wie in Dortmund mehrere Trainer ausgebildet, aktuell arbeitet er außerdem eng mit dem 1. FC Nürnberg und dem SC Freiburg zusammen. „Freiburger Trainer Robin Dutt ist fest davon überzeugt, dass Life Kinetik zwar nicht der einzige, aber doch ein

wichtiger Baustein für den Erfolg ist“, so Lutz, der längst nicht nur im Fußball tätig ist.

Sein bekanntester Schützling außerhalb des Fußballs ist Skifahrer Felix Neureuther, der im Winter 2006/07 serienweise Ausfälle im Slalom zu verkraften hatte. „Felix hatte eine deutliche Wahrnehmungsschwäche“, hat Lutz schnell erkannt – und dort den Hebel angesetzt. Die Erfolge stellten sich ein und mittlerweile zählen auch die Eishockey-Cracks der Straubinger Tigers, die Volleyballer des TSV Unterhaching, die Schweizer Skispringer, die Leverkusener Stabhochspringer oder die Biathleten Österreichs, die bei Olympia 2010 die Silbermedaille gewannen, zu seinen Kunden. Weshalb Lutz plant, international zu expandieren. „Wobei Life Kinetik nicht nur ein Angebot für Sportler ist, wir arbeiten auch mit Firmen zusammen. Für die ist es nicht minder interessant, wenn ihre Mitarbeiter Spaß am Lernen haben und sich die Fehlerquote bei der Arbeit dadurch verringert.“

## Becker bleibt gelassen

**Tennis** Deutscher Profi siegt auf einem lauten Nebenplatz gegen Gulbis. Aus für Petzschner

**Melbourne** Philipp Petzschner rannte und rackerte, die Fans feierten und bejubelten ihn – doch am Ende stand der Bayreuther mit leeren Händen da. Trotz eines großartigen Einsatzes über fünf Sätze gegen den am Nummer 13 gesetzten Franzosen Jo-Wilfried Tsonga ist der Wimbledon-Sieger im Tennis-Doppel am Dienstag bei den Australian Open als elfter Deutscher in der ersten Runde ausgeschieden. Weiter im Rennen ist Benjamin Becker, der den Esten Ernests Gulbis in drei Sätzen aus dem Wettbewerb warf. Insgesamt steht ein deutsches Sextett in Melbourne in der zweiten Runde, nachdem Kristina Barrois ebenfalls ihre Auftakthürde meisterte.

„Ich habe alles aus mir rausgeholt, leider hat es am Ende nicht gereicht“, sagte Petzschner nach dem 6:4, 6:2, 2:6, 3:6 und 4:6 in 3:15 Stunden gegen Tsonga. Wie im Vorjahr, als er in Melbourne in fünf Sätzen gegen Florian Mayer verlor, und im vergangenen Sommer in Wimbledon, als er über die volle Distanz gegen Nadal ausschied, musste sich der 26-Jährige auch dieses Mal in einem Marathon-Match geschlagen geben. Doch die Enttäuschung über die nächste verpasste Chance war sofort der Erleichterung



Weder vom Trubel des Nebenplatzes noch von der extravaganten Brillenmode einer Linienrichterin ließ sich der Deutsche Benjamin Becker aus der Ruhe bringen und zog in die nächste Runde der Australian Open ein. Foto: dpa

darüber gewichen, dass der im Herbst operierte Knöchel die Belastungsprobe bestanden hatte. „Es überwiegt die Freude über meine Leistung, und dass der Knöchel keine Probleme gemacht hat“, sagte Petzschner, der sich nun auf die Doppel-Konkurrenz mit seinem österreichischen Partner Jürgen Melzer konzentrieren kann.

Becker ließ sich auf dem hektischen Court 18 dagegen auch vom

Lärm der vorbeifahrenden Straßenbahnen und dem Trubel um Roger Federers Trainingseinheit auf dem Nebenplatz nicht aus der Ruhe bringen. „Das habe ich komplett ausblenden können“, sagte der 29-Jährige. „Ich fühle mich schon seit ein paar Wochen sehr gut und habe meine Taktik heute perfekt umsetzen können.“

Nach ausgeglichenerm ersten Durchgang, den Becker im Tie-

## Tennis

## AUSTRALIAN OPEN

(18,5 Mio. Euro/Hart)

## Männer

**1. Runde** Becker (Mettlach) – Gulbis (Lettland) 7:6 (7:5), 6:2, 6:4; Müller (Luxemburg) – Stadler (München) 6:3, 7:6 (7:5), 6:4; Stepanek (Tschechien) – Gremelmayer (Lampertheim) 6:3, 6:2, 6:3; Garcia-Lopez (Spanien) – Berrer (Stuttgart) 6:4, 6:4, 3:6, 6:3; Raonic (Kanada) – Phau (Weilerswist) 7:6 (7:3), 6:3, 7:6 (10:8); Tsonga (Frankreich) – Petzschner (Bayreuth) 4:6, 2:6, 6:2, 6:3, 6:4; Seppi (Italien) – Clement (Frankreich) 3:6, 2:6, 7:5, 6:3, 6:2; Nadal (Spanien) – Daniel (Brasilien) 6:0, 5:0; Aufgabe; Murray (Großbritannien) – Beck (Slowakei) 6:3, 6:1, 4:2; Aufgabe; Ferrer (Spanien) – Nieminen (Finnland) 6:4, 6:3, 1:6, 6:2; Juschni (Russland) – İlhan (Türkei) 6:2, 6:3, 7:6 (7:5); Melzer (Österreich) – Millot (Frankreich) 6:2, 6:4, 6:2; Cilic (Kroatien) – Young (USA) 6:3, 6:2, 6:1; Isner (USA) – Serra (Frankreich) 6:3, 7:6 (10:8); Bellucci (Brasilien) – Mello (Brasilien) 7:5, 7:5, 4:6, 3:6, 6:3; Lopez (Spanien) – Falla (Kolumbien) 6:3, 7:6 (8:6), 6:3; Sweeting (USA) – Gimeno-Traver (Spanien) 6:4, 6:4, 6:1; Tomic (Australien) – Chardy (Frankreich) 6:3, 6:2, 7:6 (7:5); Giraldo (Kolumbien) – Machado (Portugal) 6:4, 6:3, 5:7, 6:1; Kavcic (Slowenien) – Anderson (Südafrika) 2:6, 6:4, 7:6 (7:4); 7:6 (7:5); Russell (USA) – Ebdon (Australien) 6:3, 6:2, 5:7, 7:6 (11:9); Herych (Tschechien) – Istomin (Usbekistan) 6:3, 6:4, 3:6, 6:2; Dolgopolow (Ukraine) – Kukulskina (Kasachstan) 6:3, 6:2, 6:4; Riba (Spanien) – Ball (Australien) 1:6, 7:6 (7:5), 6:2, 2:6, 6:4; del Potro (Argentinien) – Sela (Israel) 7:6 (15:13), 6:4, 6:4; Söderling (Schweden) – Starace (Italien) 6:4, 6:2, 6:2; Baghdatis (Zypern) – Zemlja (Slowenien) 3:6, 7:5, 6:1, 4:6, 6:2; Martchenko (Ukraine) – Ramirez-Hidalgo (Spanien) 6:3, 6:4, 6:1; Berankis (Litauen) – Matosevic (Australien) 6:4, 6:2, 7:5; Llodra (Frankreich) – Chela (Argentinien) 6:3, 3:6, 6:2, 6:4

## Frauen

**1. Runde** Barrois (Bous) – Amanmuradowa (Usbekistan) 6:4, 6:2; Swonarewa (Russland) – Bammer (Österreich) 6:2, 6:1; Stosur (Australien) – Davis (USA) 6:1, 6:1; Jankovic (Serbien) – Kudrjawzewa (Russland) 6:0, 7:6 (7:5); Radwanska (Polen) – Date-Krumm (Japan) 4:6, 6:4, 7:5; Petrova (Russland) – Perwak (Russland) 6:2, 6:1; Kirilenko (Russland) – Oprandi (Italien) 6:3, 5:7, 8:6; Pennetta (Italien) – Rodionova (Australien) 6:2, 6:1; Kvitova (Tschechien) – Peers (Australien) 6:2, 6:4; Morita (Japan) – Dulgheru (Rumänien) 6:4, 6:4; Safarova (Tschechien) – Shuai (China) 7:5, 4:6, 6:1; Halep (Rumänien) – Kremer (Luxemburg) 6:3, 3:6, 6:2; Martić (Kroatien) – Ferguson (Australien) 7:6 (8:6), 0:6, 6:3; Molik (Australien) – Vinci (Italien) 1:6, 6:3, 8:6; Cornet (Frankreich) – Vandeweghe (USA) 6:2, 6:1; Tschakwetadse (Russland) – Goworowa (Weißrussland) 6:3, 6:4; Lino (Spanien) – Larsson (Schweden) 6:2, 6:1; Cirstea (Rumänien) – Lucic (Kroatien) 6:4, 6:2; Benesova (Tschechien) – Garrigues (Frankreich) 6:0, 6:1; Jovanovski (Serbien) – Chang (Taiwan) 7:5, 6:1; Clijsters (Belgien) – Safina (Russland) 6:0, 6:0; Peer (Israel) – Johansson (Frankreich) 6:1, 6:1; Makarowa (Russland) – Ivanovic (Serbien) 3:6, 6:4, 10:8; Klebanowa (Russland) – Falconi (USA) 6:1, 6:0; Martinez Sánchez (Spanien) – Arn (Ungarn) 6:3, 4:6, 6:2; Garcia (Frankreich) – Lepchenko (USA) 7:5, 4:6, 6:3; Zurenko (Ukraine) – Schnyder (Schweiz) 6:2, 6:3; Zakopalova (Tschechien) – Oudin (USA) 6:1, 3:6, 6:1; Pawljutschenkova (Russland) – Filipkens (Belgien) 6:4, 7:6 (7:4); Navarro (Spanien) – McHale (USA) 4:6, 6:3, 6:4; Duschewina (Russland) – Camerin (Italien) 6:3, 3:6, 6:1

## Rad

## TOUR DOWN UNDER

**1. Etappe, Mawson Lakes – Angaston** (138 km) 1. Goss (Australien) – HTC-Highroad 3:17:08 Std.; 2. Greipel (Hürth) – Omega Pharma-Lotto; 3. McEwen (Australien) – Radioshack; 4. Sutton (Australien) – Sky; 5. Viviani (Italien) – Liquigas-Cannondale; 6. Feillu (Frankreich) – Vacansoleil; ...46. Ciolek (Köln) – Quick Step alle gleiche Zeit; 117. Sieberg (Bocholt) – Omega Pharma-Lotto + 0:18 Min.; 125. Grabsch (Kreuzlingen/Schweiz) – HTC-Highroad + 1:11

## Schach

## OBERLIGA

Passau 1869 – Fort. Regensburg 4,5:3,5 • 1865 Würzburg – Pang-Rosenheim 2,5:5,5 • Rottal – 1980 Garching 4,5:3,5 • NT Nürnberg 2 – Dillingen 4,0:4,0 • Puschendorf – Gröbenzell 4,0:4,0

NT Nürnberg 2	8:2	Rottal	6:4
Pang-Rosenheim	7:3	1865 Würzburg	5:5
1980 Garching	6:4	Fort. Regensburg	3:7
Gröbenzell	6:4	Dillingen	2:8
Passau 1869	6:4	Puschendorf	1:9

## LANDESLIGA SÜD

TSV Haunstetten – SK Ingolstadt 3,0:5,0 • Freising – MSA Zugzwang 1,5:6,5 • München Tarr II – SK Kriegshaber 3,0:5,0 • Bayern München III – TV Tegemsee 7,0:1,0 • SC Sendling – SK Weilheim 4,0:4,0

Zugzwang	10:0	SC Sendling	5:5
M. Tarr II	7:3	Haunstett.	5:5
SK Ingolstadt	7:3	Freising	3:7
Kriegshaber	6:4	B. Mün. III	2:8
SK Weilheim	5:5	TV Tegemsee	0:10

## REGIONALLIGA SÜD-WEST

Haar – SK Göggingen 4,0:4,0 • Schwabing – SC Sonthofen 4,5:3,5 • Türkheim – SK München Süd-Ost 3,5:4,5 • SC Garching II – TSV Unterhaching 2,5:5,5 • SK Siemens München – Krumbach II 4,0:4,0

SK München	10:0	Krumbach II	4:6
Unterhaching	10:0	SC Sonthofen	2:8
SC Garching II	8:2	Schwabing	2:8
Siemens M.	7:3	SK Göggingen	1:9
Haar	5:5	Türkheim	1:9

## Kegeln

## BUNDESLIGA, FRAUEN

Schützeng. Bayreuth – KF Obermb. 2665:2574 • Kriemhild Lorsch – Mörfelden 2636:2698 • DJK Ettlingen – Geiseltal-Mücheln 2774:2662 • DJK Ingolstadt – SV Optima Erfurt 2503:2458 • TSV Betzigau – Germ. Karlsruhe 2604:2592

Mörfelden	16:4	Optima Erfurt	8:10
TSV Betzigau	14:6	DJK Ingolstadt	8:12
Bayreuth	14:6	Karlsruhe	6:14
Lorsch	12:6	KF Obermb.	6:14
DJK Ettlingen	10:8	Geiseltal-M.	2:16