

Mit 82 Jahren immer noch Kampfsportler

VON LAURIN BÖDDING

ISSELBURG Wenn Erich Schwarzenberg mit seinem Verein auf Taekwondo-Turniere geht, ist er der Hingucker schlechthin. Denn meistens ist er mit seinen 82 Jahren der Älteste unter den Turnierteilnehmern – und das oft mit Abstand. Noch besonderer wird seine Geschichte, wenn man sich anschaut, wie viel Sport er in diesem Alter tatsächlich noch macht und wie er eigentlich angefangen ist.

„Ich gehe drei Mal pro Woche an die Geräte im Fitnessstudio. Ich mache drei Stunden Taekwondo und zusätzlich bin ich mindestens ein Mal wöchentlich in Bocholt zum Taekwondo. Vor der Pandemie hab ich auch viel Nordic Walking betrieben, jetzt aber weniger“, zählt Schwarzenberg auf. Für viele in seinem Alter ist das undenkbar. Und warum, merkt der Isselburger selber am eige-

Hier zeigt sich Erich Schwarzenberg in Aktion. Mit voller Konzentration und Präzision ist er bei der Sache.

nen Körper: „Mittlerweile tut das weh und das weh, aber es heißt, einfach weiterzumachen.“ Gerade in der Coronazeit lief es dann auch für ihn nicht mehr so rund. Die ganzen pandemiebedingten Einschränkungen sorgten dafür, dass Schwarzenberg weniger Sport machte und in der Folge nicht mehr so fit war. „Corona hat einen zurückgeworfen. Es dauerte eine ganze Zeit, bis man wieder auf dem Level von früher war.“ Verständnis zeigt Schwarzenberg für die große Angst vor der Verletzungsgefahr im Sport, die viele in seinem Alter haben. Für ihn überwiegt allerdings der Spaß an der Bewegung. „Es ist gut für die Koordination, Disziplin und man kriegt Selbstvertrauen“, meint der Sportler. Er empfiehlt Sportarten ohne hohes Verletzungsrisiko, zum Beispiel Taekwondo.

Schwarzenberg ist jetzt ein absolutes Vorbild für Gleichaltrige, aber das war mal anders. Angefangen mit dem Sport ist er erst im Alter von 39 Jahren. Zwei Kollegen bewegten ihn dazu, einfach einmal mitzukommen.

Damals war Schwarzenberg Ma-

Während andere in seinem Alter ihren Ruhestand genießen, ist Erich Schwarzenberg fast jeden Tag sportlich aktiv. Seine Passion für den Kampfsport fand er erst spät aus einem Zufall heraus.

schinenbaukonstrukteur, wohnte in den Niederlanden und habe 35 Zigaretten täglich geraucht, erzählt er und kommentiert: „Ich wusste vorher gar nicht, was Sport war.“ Kyokushin Kaikan, einer der härtesten Karatestile der Welt, wurde so zufällig zu seinem Hobby. „Und ich bin seitdem beim Kampfsport geblieben“, sagt Schwarzenberg. 18 Jahre lang trainierte er jede Woche Karate, bis er 1997 aus persönlichen Gründen damit aufhörte.

Der Schritt zum Taekwondo

Doch drei Jahre später sollte der nächste Zufall folgen. Als er sich in einem Fitnessstudio in Isselburg anmeldete, belegte er einige Kurse und machte Sport an den Geräten. Zur gleichen Zeit lernte er Taekwondo-Trainer Jörg Buchowski kennen. Er brachte ihn wieder mit dem Kampfsport in Verbindung und so fing Schwarzenberg im Alter von 60 Jahren mit Taekwondo an. Seither ist er Sportler und Trainer – und das durchaus erfolgreich.

Im Taekwondo ist er mittlerweile Großmeister und hat den fünften Dan des schwarzen Gürtels inne. Solchen Auszeichnungen werden in sich von der Schwierigkeit steigenden Tech-

nikprüfungen verliehen. Aber bei der Theorie blieb es nicht. Mit 73 Jahren reizte es Schwarzenberg, bei Wettkämpfen mitzumachen. Besondere Highlights seiner Karriere waren für ihn die Teilnahme bei der Weltmeisterschaft in Düsseldorf, der Europa-meisterschaft in Davos und einem Turnier in Birmingham. „Es ist immer schön, wenn man auf Turnieren ist. Es ist auch ein bisschen Aufregung mit dabei, wie viele Gegner da sind und wie alt die Gegner sind“, sagt Schwarzenberg. Außerdem sei ein Turnier immer ein Wiedersehen mit alten Bekannten. Er tritt an in der Kategorie Formenlauf, die ganz ohne Körperkontakt auskommt.

Seine Paradedisziplin

Meistens misst er sich dabei in seiner Altersklasse gegen Mitstreiter, die 15 bis 20 Jahre jünger sind als er. Für ihn sei es immer schwer gegen die Jüngeren, aber er hat auch schon den ersten Platz erreicht und auch weitere Platzierungen auf dem Treppchen holen können. Im Bereich Formenlauf liegt auch seine Spezialität. Das Wissen, das er im Formenlauf hat, gibt Schwarzenberg zudem als Trainer beim TSV Bocholt an den Nachwuchs weiter. „Ich kenne jetzt 13 Formen, in verschiedenen Schwierigkeiten und mit Namen. Ich bin in manchen Dingen auch sehr genau“, sagt Schwarzenberg, der für sein Engagement 2019 vom Kreis-Sport-Bund Borken als „Trainer des Jahres“ ausgezeichnet wurde.

Doch an das Ende seiner ungewöhnlichen Karriere denkt Schwarzenberg, der morgen seinen 83. Geburtstag feiert, noch lange nicht. Aufzuhören kommt für ihn noch nicht infrage und scherzhaft sagt er: „Wenn das BBV in fünf Jahren wiederkommt, möchte ich immer noch auf der Matte stehen.“

