Wenn in einem Jahr die olympischen Spiele in Peking beginnen, kennen die Chinesen nur noch eine Farbe: Gold. Damit das mit dem Siegen auch in Sportarten klappt, in denen das Reich der Mitte bislang nicht führend war, hat man die besten Trainer der Welt engagiert. Josef Capousek soll die Kanuten auf Goldkurs bringen. Ein Einblick in das System Spitzensport in China.

INTERVIEW: EVA PFAFF | FOTOS: VANJA VUKOVIC

GALORE

26.04.2007, Frankfurt. Josef Capousek sitzt im Mövenpick-Biergarten an der Alten Oper in Frankfurt und spricht über seine „Mission Gold“ als Kanu-Cheftrainer in China. Er ist voller Anekdoten und offen für neue Erfahrungen.

Herr Capousek, Sie waren für den deutschen Kanusport als Trainer ein echter Goldgarant. Jetzt trainieren Sie die chinesischen Kanuten. Wie kam es dazu?
Josef Capousek: Nach all den Jahren und den Erfolgen habe ich mich dabei erwischt zu sagen: Eigentlich läuft es, du kannst zufrieden sein. Als dann meine langjährige Beziehung zerbrach, war ich bereit für einen neuen Schritt. Damals kam das Angebot der Chinesen, deren Kanuten auf die Olympischen Spiele in Peking vorzubereiten. Es hat mich mit Stolz erfüllt, dass ein Land wie China – mit dieser Aufbruchstimmung im Sport und in der Wirtschaft – mich als Cheftrainer holen wollte. Das bedeutete aber auch, sich wieder in Bewegung zu setzen und etwas zu leisten. Die Zeit in China soll meine Trainerkarriere zusammen mit den 25 Jahren im olympischen Sport abrunden.
Ihr Lebenslauf steckt voller Brüche. Sie sind zum Beispiel 1968 aus der ČSSR nach Deutschland geflohen.
Ich wollte hierhin, konnte aber kein Deutsch und hatte kein Geld. Also habe ich Toiletten geputzt, Handtücher gewechselt, Zeitungen verkauft. Ich war Maurer, arbeitete am Fließband und als Schichtarbeiter. Später war ich Fotograf und habe eine Woche mit Clochards in Paris unter einer Brücke geschlafen und das Fest der Zigeuner im Frühjahr in der Camargue fotografiert. Diese unterschiedlichen Arbeiten haben natürlich meinen Horizont erweitert, aber es gab auch Zeiten, in denen ich tagelang nur eine Tütensuppe gegessen habe.
Haben Ihnen diese Erfahrungen etwas für Ihren Beruf als Trainer von Leistungssportlern gebracht?
Ja. Gerade wenn ich die anderen Trainer sehe, die nie im Leben etwas anderes getan haben, als mit der Stoppuhr in der Hand das Training zu überwachen. Menschenkenntnis ist wertvoll – und ich habe nie mehr von jemandem verlangt als von mir selbst.
Machen Ihnen in China die Einschränkungen durch das politische System nichts aus, nachdem Sie schon einmal in einem repressiv geführten Land gelebt haben?
(lacht) Jetzt sprechen Sie wie meine Exfrau. Als ich mich für China entschieden hatte, sagte sie: „Du bist ja bekloppt. Haust aus der ČSSR ab, kommst nach Deutschland und gehst wieder in eine ähnliche Situation hinein.“ Generell wird etwas von China erwartet, was in meinen Augen gar nicht möglich ist: So ein riesiges Land kann nicht von einem Tag auf den anderen politisch komplett umschwenken.

Fühlen Sie sich in China nie beobachtet oder überwacht?
Man beobachtet durchaus, was ich tue oder sage. Letztens gab ich ein Interview in Nanjing und wurde gefragt, wie ich die Stadt finde, worauf ich gesagt habe: „Toll, die Mädchen sind sehr hübsch.“ Das stand am nächsten Tag in der Zeitung. Daraufhin kam der Dolmetscher und meinte: „Peking hat angerufen, so begeistert waren die nicht von dem Interview.“ Ich wusste nicht, was es an meinen Aussagen zu bemängeln gab, und der Dolmetscher klärte mich auf, dass ich mehr über meine Arbeit hätte sprechen müssen. Bisher hatte ich nicht das Gefühl, kontrolliert zu werden; ich kann mir aber vorstellen, dass der Dolmetscher über mich berichten soll, oder dass mein Telefon abgehört wird. Über solche Sachen rege ich mich aber nicht auf. Ich bin bewusst in dieses Land gegangen und habe mich darauf eingelassen.
Wie ist der Sport in China organisiert?
Die Sportförderung geschieht in der Hauptsache in den Provinzen. Alle Sportler sind bei den Provinzen angestellt, und für die Nationalen Spiele stellen die Provinzen Mannschaften. Wenn ein Sportler dort erfolgreich ist oder gewinnt, dann werden die politischen Funktionäre mit höheren Posten und mehr Geld belohnt. Die Sportler bekommen Prämien, eine Wohnung und andere Vergünstigungen. Durch dieses System haben die Provinzen natürlich nur wenig Interesse daran, die Leute für die Nationalmannschaft abzustellen. Sie wollen sie lieber zu Hause behalten und dann bei den Nationalen Spielen Erfolge erringen.
Wie gelingt es Ihnen dann, eine Nationalmannschaft aufzustellen?
Mit den Olympischen Spielen vor der Tür habe ich als Cheftrainer mittlerweile bessere Karten. Als ich anfing, war es schwer, die Provinzen wollten nicht einen Sportler hergeben. Ich musste also ein bisschen Politik machen. Diplomatie war zwar nie meine Stärke, aber durch die Erfahrungen in China habe ich viel dazugelernt.
Was zum Beispiel?
Ich musste den Funktionären zugestehen, dass ihre Arbeit gut ist. Gleichzeitig forderte ich sie auf, sie noch besser zu machen. Die Zusammenarbeit wird dann effektiv, wenn man den Zuständigen das Gefühl gibt, die Veränderungen seien aus ihren Gedanken gewachsen. Das ist in Deutschland übrigens auch nicht viel anders. Im Endeffekt ist es aber egal, von wem eine

Zur Person
Josef B. Capousek wurde am 14.01.1946 geboren und wuchs im sozialistischen-kommunistischen System der ČSSR in Prag auf. 1968 flüchtete er nach Deutschland, studierte von 1969 bis 1980 Sportwissenschaft und Politologie in Frankfurt und schlug sich während des Studiums mit Gelegenheitsjobs durch. 1980 wurde er Bundestrainer beim Deutschen Kanu-Verband (DKV) für die Bundeswehr und Junioren, 1988 übernahm er den Posten des Cheftrainers für den gesamten Kanurennsport. Nach 25 erfolgreichen Jahren in Deutschland ging Josef Capousek, der für seine Arbeit mit dem Bundesverdienstkreuz ausgezeichnet wurde, 2005 als Kanu-Cheftrainer nach China.

„Ein riesiges Land wie China kann nicht von einem Tag auf den anderen politisch komplett umschwenken.“

Idee stammt, Hauptsache sie funktioniert. Ich musste lernen, mich zurückzunehmen. Entscheidend ist, dass sich was verändert. Und wenn sich andere Leute das aufs Konto schreiben, kann ich heute auch damit leben.
Wie fördern die jeweiligen Provinzen ihre besten Sportler?
In jeder Provinz finden so genannte Sichtungen statt, die von den Dörfern und von Sponsoren durchgeführt werden. Die Talentsucher kommen in die Schulen und gucken sich an, wie sich die Kinder im Hof oder im Sportunterricht bewegen. Die begabten Schüler werden dann in die Stadt zum Training eingeladen und später den Sportarten zugeteilt.
Die Schüler können also nicht selbständig wählen?
Nein, das ist quasi wie eine Zu- oder gar Verurteilung. Und dass später noch einer aus eigenem Antrieb von einer Sportart zur anderen wechselt, passiert sehr selten. Zum Teil besuchen die jungen Leute nur vier oder maximal sechs Schulklassen. Ihr einziger Lebensinhalt ist der Sport. Manchmal gibt es Unterricht, aber ich kann mir nicht vorstellen, dass man dort viel lernt. Ich habe es mit einfachen jungen Menschen zu tun.
Was machen die Athleten, wenn die Karriere vorbei ist?
Viele werden nach dem Leistungssport, den sie ja nur etwa zehn Jahre betreiben können, Trainer. Der Sport ist das Einzige, mit dem sie sich auskennen. Ihnen fehlt aber die Qualifikation, also eine sportwissenschaftliche Ausbildung. Das hat man in China zwar inzwischen auch erkannt, aber für die Spiele in 2008 ist es nun schon ein bisschen spät. Es ist für mich oft mühsam, meine Trainingsinhalte zu erklären, weil die Sportler die Zusammenhänge nicht verstehen.
Zum Beispiel?
Ich lege großen Wert darauf, dass ein Sportler vom Grundsatz her weiß, warum er etwas tut. Aber bei den Chinesen ist das ein Teufelskreis: Die Sportler haben keine Ausbildung; sie verstehen viele Sachen nicht, und bei den Trainern ist es auch nicht besser. Inzwischen sage ich daher meistens: „Macht erst mal und fragt mich nachher.“ Der Generalsekretär des Kanuverbandes, der oft beim Training und bei den Wettkämpfen dabei ist, gibt mir Gott sei Dank inzwischen vollkommene Freiheit.
War das anfangs nicht so?
Nein, als ich in China angefangen habe, hatte ich eben diese Freiheiten nicht. Das erste Jahr war ich deshalb

GALORE

„In China zählt der zweite Platz nicht. Dann hat man nicht Silber gewonnen, sondern verloren.“

ziemlich unglücklich. Ich sagte: „Leute, ihr habt mich nicht geholt, damit ich das mache, was ihr wollt. Das hättet ihr alleine gekonnt, dafür braucht ihr mich nicht. Wenn ich hier effektiv arbeiten soll, dann müssen wir das nach meinem Plan machen.“

Wissen Sie, wie die Sportler vor Ihnen betreut wurden?

Die Trainingsmethode bestand in erster Linie aus Druckmachen. Die Sportler mussten sich morgens früh in Reih und Glied aufstellen, es war ein bisschen wie beim Militär. Sie sollten wie Rennpferde funktionieren: Klappe halten, Leistung bringen. Die Kanuten waren zwar viele Stunden auf dem Wasser, sind gerannt, haben Krafttraining und Gott weiß was gemacht, aber eben ohne Qualität. Früher wurden sie zehn Mal am Tag zusammengeschissen und wussten nicht mal warum. In so einer stresshaltigen Atmosphäre kann der Einsatz von Sportlern und Trainern natürlich nicht von Herzen kommen. Und das ist für mich ein entscheidender Unterschied für die Qualität eines Trainings: Die entsteht erst, wenn man sich mit Leib und Seele reinhängt. In meinen Augen sollen Betreuer und Trainer keine Kontrollfunktion von oben nach unten ausüben, sondern sich auf der gleichen Ebene mit den Sportlern bewegen, um ihnen zu helfen. Ein Gradmesser für ein gutes Training liegt für mich in dem Satz: Wenn du morgen früh aufwachst und nicht willst, dann hat es keinen Sinn. Die meisten haben das jetzt begriffen.

Ist ein guter Umgang mit den Sportlern tatsächlich leistungsfördernd?

Ich bin davon überzeugt, dass sich Höchstleistung nur entwickelt, wenn man auf Augenhöhe zusammenarbeitet. Wie weit oder tief die Zusammenarbeit geht, hängt dann aber sehr vom Sportler und seinem Intellekt ab. Ein Sportler sollte den Weg des Trainers verstehen. Das beziehe ich weniger auf das Fachliche, sondern es geht mir in der Hauptsache um menschliche Arbeit, um eine Beziehung und um Kommunikation. Meine Erfahrung hat mir gezeigt, dass ein Sportler einen gewissen geistigen Level braucht, um die Zusammenhänge zu verstehen, mit dem Trainer zu reden und Vertrauen in die Arbeit zu haben.

Gibt es auch Athleten, die zu intelligent sind?

Ja, und das ist auch nicht gut. Wer zu viel nachdenkt, bremst sich selber.

Wechseln wir in den Alltag: Wie kommen Sie im täglichen Leben in China zurecht?

Es gibt durchaus Momente, in denen ich mich ziemlich einsam fühle. Die sprachlichen Probleme machen das Leben für einen Ausländer nicht gerade einfach. Die chinesischen Zeichen kann ich nicht lesen, und ohne Sprachkenntnisse kann man nicht mal Essen bestellen. Es passiert oft, dass ich im Restaurant meinen Dolmetscher anrufe, ihm die Kellnerin gebe und er für mich bestellt. Man muss sich das vorstellen – mein Dolmetscher sitzt in einer 1.000 Kilometer entfernten Kleinstadt und bestellt mein Essen über Handy. Aber man gewöhnt sich daran.

Wozu reicht Ihr chinesischer Wortschatz?

So langsam schaffe ich es, ein kaltes Bier zu bestellen, und für mein Training beherrsche ich einige Begriffe, die man täglich braucht. Dabei würde ich liebend gerne mehr von der Sprache verstehen, denn das ist die Verbindung zu der Kultur, und die interessiert mich sehr. Aber von den rund 100.000 Zeichen muss man 4.000 lernen, um zumindest Texte auf dem Niveau der Bild-Zeitung lesen zu können. Entweder bin ich zu alt oder zu doof, aber das kann ich nicht schaffen.

Man hat Sie nach China geholt, um für Peking 2008 Olympiasieger zu produzieren. Wie läuft Ihre „Mission Gold“?

Auf diese Frage sage ich immer, dass wir Medaillen gewinnen werden. Auf Gold will und kann ich mich nicht festlegen. Goldmedaillen kann man nicht planen. Da muss man nicht nur gut drauf sein, sondern auch Glück haben. Manchmal geht es um einen Wimpernschlag, und es muss einfach alles in dem Moment passen.

Das klingt noch etwas skeptisch.

Aus der Trainingswissenschaft ist bekannt, dass man für den technischen Aufbau eines Sportlers sechs bis acht Jahre braucht. Erst dann kann man mit dem Leistungstraining beginnen. Und wenn Athleten nur drei Jahre paddeln, kann man eben nicht erwarten, dass sie gleich Weltmeister werden. Ich kann weder zaubern noch die Erfahrungswerte komplett ignorieren. Die Chinesen stellen sich das einfacher vor. Sie denken: Er ist groß und kräftig, was soll also schief gehen? Sie machen sich keine Gedanken darüber, dass man die Kraft technisch und ökonomisch umsetzen muss. Trotzdem bin ich sicher, dass die chinesische Mannschaft von den zwölf Entscheidungen im Kanu drei bis fünf Medaillen gewinnen kann.

Reicht das dem Verband?

Das ist nicht mein Kriterium. Meine Aufgabe sehe ich zunächst darin, das Niveau anzuheben. Das habe ich geschafft und einige, neue junge Leute konnten sich international platzieren. Natürlich hoffe ich, dass wir eine Goldmedaille holen, denn in China zählt der zweite Platz nicht. Dann hat man nicht Silber gewonnen, sondern verloren. Aber ich bin überzeugt davon, dass wir das packen. :::

Kanu in China

China kann auf keine lange Geschichte im Kanufahren zurückblicken: Die bisher einzige olympische Goldmedaille gewannen Meng Guanliang und Yang Wenjun im Herren-Zweier-Canadier (C2) über 500 Meter in Athen. Darüber hinaus konnten chinesische Kanuten seit 1991 lediglich drei Silber- und vier Bronze-Medaillen bei Weltmeisterschaften erringen. Einen starken Auftritt hatten die Chinesen hingegen bei den Asian Games in Doha 2006: Dort gewannen sie sechs von zehn möglichen Goldmedaillen. Geht die Entwicklung weiter so steil bergauf wie in den letzten Jahren, dürfen sich die chinesischen Kanuten durchaus zu den Favoriten bei den Olympischen Spielen in Peking 2008 zählen.

GALORE