

# „Wenn das Spiel beginnt, spüre ich meine Nervosität nicht mehr“



**EUTIN** Die Zisch-Reporter Leo, Carl, Paul und Yannik aus der 4a der Gustav-Peters-Grundschule haben sich mit den beiden Handballern Paul von Hinten (21) und Nick Fürst (15) der HSG Holsteinischen Schweiz getroffen, um ihnen ein paar Fragen über ihr Handballer-Dasein und ihren Job als Trainer zu stellen. Beide spielen trotz ihres jungen Alters bereits seit zehn beziehungsweise 15 Jahren Handball.

## Wie seid Ihr zum Handball gekommen?

**Paul:** Ich habe früher immer bei meiner großen Schwester beim Handballspielen zugeguckt und irgendwann wollte ich dann selber spielen.

**Nick:** Mein Vater hat mich von klein auf mit in die Halle genommen. So musste ich einfach Handball spielen.

## In welcher Mannschaft spielt Ihr jetzt?

**Paul:** Ich spiele momentan nicht mehr, weil das Amt als Trainer für mich sehr zeitintensiv ist. Leider habe ich mit Beginn der Pandemie und dem damit verbunde-

nen Trainingsverbot das Handballspielen aufgegeben. Bisher habe ich für mich noch keinen guten Zeitpunkt für einen Neustart gefunden. Ich habe mir aber fest vorgenommen, bald wieder selbst zu spielen.

**Nick:** Ich spiele in der B-Jugend und helfe ab und zu in der A-Jugend aus.

## Welche Vorbilder habt Ihr?

**Paul:** Mein Vorbild im Verein ist unsere Jugendtrainerin Käthe, weil sie das Herz des Vereins ist. Jeder kann mit seinem persönlichen Anliegen zu ihr kommen und dann nimmt sie sich auch Zeit für dich. Ihre Art, wie herzlich sie mit den Kindern und Jugendlichen umgeht und allgemein ihr Engagement für den Verein, beeindruckt mich sehr. Ihr habe ich es auch zu verdanken, dass ich Trainer geworden bin. Auch bei dieser Arbeit hat sie mich unterstützt und steht mir jeder Zeit zur Seite. Chris Schneider ist mein Vorbild, weil ich mit ihm die ersten Handballschritte gelernt habe. Außerdem habe ich mit ihm den Meistertitel mit der B-Jugend 2017 geholt. Das war damals eine Sensation!

**Nick:** Meine großen Vorbil-



Die Zisch-Reporter Leo (vorne v.l.), Carl, Paul und Yannik aus der Klasse 4a der Gustav-Peters-Grundschule spielen selbst gern Handball und haben die beiden Trainer und Handballer Paul von Hinten (21) und Nick Fürst (15) von der HSG Holsteinischen Schweiz interviewt.

Foto: oha

der sind mein Vater und Juri Knorr.

## Ihr trainiert in einem Gespänn. Welche Mannschaft trainiert Ihr und wie alt sind die Kinder?

**Beide:** Wir trainieren die männliche D-Jugend der HSG. Die Jungs sind alle zwölf bis 13 Jahre alt. Es macht uns riesig Spaß.

## Was ist es, warum Euch das

## Trainieren so viel Spaß macht?

**Paul:** Es ist einfach toll zu sehen, wenn die Kinder richtig Spaß am Trainieren haben.

**Nick:** Es macht halt Spaß, eigenes Handball-Wissen an die Kinder weiterzugeben.

## Hast Du Lampenfieber, Paul?

**Paul:** Ich habe immer fürchterliches Lampenfie-

ber, aber in dem Moment, wenn das Spiel beginnt und ich den Hallenboden unter meinen Füße spüre, dann bin ich total fokussiert und ich spüre meine Nervosität nicht mehr. Als Trainer habe ich auch Lampenfieber. Aber, wenn ich in der Kabine meine Ansprache halte, dann baue ich meine Anspannung ab. Dieser Zusammenhalt, den ich dann spüre, gibt mir Sicherheit.

## Was ist das Besondere am Verein HSG Holsteinische Schweiz?

**Paul:** Unser Verein setzt sich stark für Kinder und Jugendliche ein. Wir trainieren nicht nur die Kinder, sondern sind für sie auch als Ansprechpartner da und bieten ihnen eine tolle Gemeinschaft. Das belegen auch unsere Zahlen. Während der Pandemie hatten wir kaum Austritte aus unserem Verein zu verzeichnen. Die Mitglieder waren uns treu und jetzt steigen die Zahlen der Eintritte in unserem Verein sogar wieder an. Wir müssen keine Angst haben, dass wir nicht genug Spieler auf den Platz bekommen.

## Was sind Deine schönsten Erinnerungen während Deiner Handballzeit?

**Paul:** Ich war als Trainer mit meinen Jungs 2021 bei einem Turnier in Dänemark, dem Naestved-Cup. Das war sehr aufregend, weil wir sogar auf internationaler Ebene gespielt haben. Es waren Mannschaften aus Dänemark, Schweden und Deutschland dabei. Unsere U23, da habe ich damals mitgespielt, ist sogar bis ins Finale gekommen. Leider haben wir das Endspiel dann verloren.

oha