



# „Steuerung verträgt keine Hektik“

**Martin Strobel** konnte sich mit seinem Team HBW Balingen-Weilstetten die Meisterschale der 2. Liga sichern. Die „Gallier von der Alb“ greifen ab dieser Saison wieder in der höchsten Spielklasse an. Ein Gespräch mit dem Regisseur über Vereinstreue, emotionale Extremwelten und seine persönlichen Comeback-Pläne.

**Willkommen zurück in der 1. Bundesliga! Sie haben diesen Satz in den letzten Wochen bestimmt oft gehört ...**

MARTIN STROBEL: Einige Kollegen haben uns zum Aufstieg beglückwünscht. Unser Team hat wirklich hart an dem Comeback gearbeitet. Den Satz können wir also nicht oft genug hören. Im letzten Jahr haben wir leider den direkten Wiederaufstieg nicht geschafft, umso schöner ist die Rückkehr jetzt als Champion. Es muss schon sehr viel passen, sowohl im sportlichen, als auch im mentalen Bereich, damit ein Aufstieg reibungslos gelingt.

**Sie haben vor 15 Jahren Ihre Profikarriere in der 2. Liga gestartet. Wie hat sich das Unterhaus seitdem verändert?**

STROBEL: Vieles kann man gar nicht mehr miteinander vergleichen, denn damals gab es noch die Zweigleisigkeit. In der 2. Liga gelten die gleichen Regeln und das Spielfeld ist genauso groß, dennoch ist alles irgendwie anders. Enge Hallen und eine hitzige Atmosphäre können jedes Auswärtsspiel zur großen Herausforderung machen. So erlebst du hautnah, wo unser Sport eigentlich herkommt. Die höchste Spielklasse hat zwar eine höhere Strahlkraft, allerdings hat sich auch die 2. Liga in den letzten Jahren extrem weiterentwickelt. Was mich persönlich freut: Ich habe in den letzten zwei Jahren viele talentierte, junge deutsche Spieler erlebt, bei denen man sofort sehen kann, dass auch in den Profis der Zukunft viel Potenzial steckt.

**Wo gibt es im Vergleich zu früher die größten Veränderungen?**

STROBEL: Ich denke, dass die Strukturen inzwischen viel professioneller geworden sind. Vor allem, wenn man die obere Tabellenhälfte der 2. Liga anschaut, sieht man, wie gut die Voraus-

setzungen und Gegebenheiten sind, einschließlich der Funktionalität und Größe der Hallen.

**Warum sind Sie 2017 nach dem Abstieg in Balingen geblieben? An Angeboten hat es bestimmt nicht gemangelt.**

STROBEL: Natürlich macht man sich in der Situation viele Gedanken darüber, was alles schiefgelaufen ist und was man in der Mannschaft, aber auch persönlich hätte besser machen können. Ich bin nicht der Typ, der in schwierigen Situationen das Kapitel abschließt und einfach weitergeht. Ich möchte gerne die Dinge vorantreiben und weiterentwickeln. Zudem ich immer überzeugt davon war, dass der Verein und die Stadt weiterhin Potenzial für die erste Liga haben. Dass es ein schwerer Weg ist, haben wir im ersten Jahr gemerkt, dennoch war es im Nachhinein eine super Erfahrung. Manchmal muss man, um die eigene Leistung zu steigern, dahin zurückkehren, wo man ursprünglich herkam, um sich dessen auch wieder bewusst zu werden.

**Wieso sind Sie mit 23 Jahren nach Lemgo gegangen?**

STROBEL: Der erste Aufstieg in die 1. Bundesliga mit Balingen bleibt für mich unvergessen. Das war etwas wahnsinnig Großes damals. Dennoch wollte ich mich auch woanders ausprobieren und etwas anderes erleben. Zu der Zeit hatte ich etliche Angebote und die Entscheidung habe ich mir nicht leicht gemacht.

**Musste es Lemgo sein, weil dort viele ehemalige deutsche Nationalspieler unter Vertrag standen?**

STROBEL: Das war nicht der Grund. Lemgo war an sich durch seine Tradition sehr ambitioniert und wollte wieder zu alter Stärke finden. Von dem →



Wechsel habe ich mir viele Spielanteile und eine gute Rolle im Team versprochen. Mir war es einfach wichtig, Spielminuten im Wettkampf zu haben, um dadurch viel Erfahrung zu sammeln. Nach Balingen hielt ich aber weiterhin Kontakt, so dass ich fünf Jahre später wieder in die Heimat kam. Damals wollte ich mich wieder auf meine sportlichen Wurzeln besinnen.

**Ist diese Bodenständigkeit ein schwäbisches Attribut?**

STROBEL: Vielleicht. Auf jeden Fall bin ich ein stolzer Schwabe (lacht). In der Region wächst man mit bestimmten Werten auf, die einem übertragen werden. Doch darum ging es damals nicht.

**Wieso wollten Sie zurück?**

STROBEL: Ich bin jemand, der sich in dem Umfeld, wo er sich täglich bewegt, wohlfühlen muss, um die bestmögliche Leistung abzurufen. Dass Süddeutschland auch eine malerische Landschaft und eine hohe Lebensqualität bietet, erleichtert natürlich auch jede Entscheidung für die Region. Für mich war das ein selbstkritischer Weg, der mir letztendlich geholfen hat, meine Leistung zu steigern, und damit öffnete sich schließlich wieder auch die Tür zur Nationalmannschaft. Dagur Sigurdsson nominierte mich für den Kader und ich konnte 2015 die Weltmeisterschaft in Katar spielen.

**Katar war nur der erste Schritt. Ein Jahr später sind Sie mit dem deutschen Team Europameister geworden.**

STROBEL: Das war ein unbeschreibliches Gefühl.

**Im Sommer kam dann auch noch die Bronzemedaille aus Rio dazu. Eine unglaubliche Erfolgsserie, während es im Club nicht so besonders gut lief. Wie erlebt man diese Gegensätzlichkeit?**

STROBEL: Das waren schon extreme Erfahrungen. Die Entwicklungen in 2016 konnte niemand vorhersehen. Ich weiß gar nicht mehr, ob ich damit gerechnet habe, überhaupt noch die Olympischen Spiele aktiv zu erleben – und dann schaffen wir es, mit einer Medaille zurückzukommen. Viele erfolgreiche Sportler erzählen von einem

**„ICH MÖCHTE GERNE DIE DINGE VORANTREIBEN UND WEITERENTWICKELN“**

Tief, das sie nach solchen fantastischen Momenten durchmachen. Von Situationen, wo man sich fragt, wie geht es jetzt eigentlich weiter? Ich will nicht sagen, dass ich in so ein Loch gefallen bin. Doch als Sportler ziehst du dich immer an irgendetwas hoch. Es fiel mir in dieser Situation nicht leicht. Auf der einen Seite wurden wir als National-

team für unsere Erfolge gefeiert, auf der anderen Seite konnte ich mich mit meinem Verein nicht aus dem sportlichen Negativ-Strudel rauskämpfen. Das sind schon extreme Welten, die emotional wahnsinnig schwer zu begreifen sind. Aber so ist eben der Sport. Von jetzt auf gleich kann sich alles ändern.

**In der Nationalmannschaft waren Sie weiterhin erfolgreich und wurden sogar aus der zweiten Liga für die Qualifikationsspiele und schließlich auch für die WM in Deutschland nominiert.**

STROBEL: Die Nominierung für die Qualifikation kam für mich unerwartet, aber selbstverständlich habe ich mich darüber gefreut. Es hat Spaß gemacht, sich wieder mit den Spielern zu messen, und nach dem Lehrgang hatte ich ein sehr gutes Gefühl. Man muss sich schließlich auch in der Nationalmannschaft durchsetzen und die Tatsache bestätigen, dass man dabei ist.

**Wie denken Sie an die Heim-WM zurück?**



Nach zwei Jahren in der 2. Liga greift der Traditionsverein wieder im Oberhaus an

STROBEL: Das war ein unfassbares Erlebnis. Wie wir das Turnier angegangen sind, wie wir uns darauf eingeschworen haben, die Hallen, die Fans, das war eine Steigerung dessen, was wir bis dahin erlebt haben. Wir konnten im Turnier das bestätigen, was wir uns vorgenommen haben. Diese einzigartigen Erlebnisse bleiben für immer in meinem Kopf, ich möchte sie nicht missen.

*Sie haben sich eine schwerwiegende Verletzung im Spiel gegen Kroatien zugezogen und wurden sofort ins Krankenhaus gebracht. Wie fanden es die Ärzte, dass Sie das Spiel weiter auf dem Handy verfolgen?*

STROBEL: Auf dem Weg ins Krankenhaus konnte ich den Livestream ungestört anschauen (lacht). Als wir dort ankamen, musste ich sofort zur MRT-Untersuchung. Auf dem Weg dahin, in einem unterirdischen Gang, gab es keine Internetverbindung. Doch diejenigen, die mich im Krankenhaus empfangen und dort versorgt haben, waren auch im WM-Handballfieber und gaben mir jedes Zwischenergebnis durch. Ab und zu erhielt ich auch eine SMS, so war ich die ganze Zeit komplett im Bild.

*Wann können Sie wieder spielen?*

STROBEL: Wenn alles gut läuft, werde ich im Oktober wieder voll einsatzfähig sein.

*Wie lautet das Ziel Ihrer Mannschaft für die kommende Saison?*

STROBEL: Wir freuen uns, ein Teil der 1. Bundesliga zu sein, und wollen es auch weiterhin bleiben.

*Wie viele HBW-Spieler haben bereits Erstligaerfahrung?*

STROBEL: Das sind schon ein paar, auch wenn die meisten diese Erfahrung noch sammeln werden.



Auch nach seiner Verletzung bei der WM dabei: Das DHB-Betreuer team trug das Trikot von Strobel

*Ihr Bruder ist in der HBW-Vereinsführung tätig. Wie viel Handball findet bei Ihnen privat statt, beispielsweise unter dem Weihnachtsbaum?*

STROBEL: Das ist komplett unterschiedlich. Wir finden es beide auch mal ohne Handball ganz schön und versuchen, Privates vom Beruflichen zu trennen. Als er noch Spieler war, war das vielleicht anders, doch mittlerweile gelingt uns das ganz gut. Wolfgang ist als Geschäftsführer viel unterwegs und ich würde mich in Sachen nie einmischen, die nicht meinen Leistungsbereich entsprechen. Jeder konzentriert sich auf seine Sache, sonst verschwendet man unnötig Energie.

*Hat Sie nie ein ausländischer Club oder die Erfahrung in der Champions League gereizt?*

STROBEL: Das haben wir ja mit Lemgo fast geschafft. Leider konnten wir das Wild-Card Turnier nicht gewinnen, so sind wir knapp daran geschei-

tert und die Champions League bleibt leider bisher ein Traum.

*Sie wirken immer unglaublich ruhig. Was kann Sie auf die Palme bringen?*

STROBEL: In meiner Jugend war ich extrem impulsiv, was damals auch nicht immer einfach für alle Beteiligten war. Wenn jemand nicht sein Bestes gibt, nervt mich das als Maximalisten schon. Allerdings habe ich irgendwann gelernt, mich nur auf das Spiel zu konzentrieren, denn Steuerung verträgt keine Hektik. Den Spruch habe ich inzwischen in die Sammlung meiner Leitsätze aufgenommen.

*Können Sie richtig feiern – mit Singen und Tischtanz?*

STROBEL: Klar, das kann ich auch. Ob Aufstieg oder EM-Titel, jeden Erfolg, den wir bisher erreicht haben, haben wir auch gebührend gefeiert. *Zita Newerla* ♦