

Wenn Ohrläppchen rot werden

Finalgon – schmerzlindernd und durchblutungsfördernd. Manchen soll es laut Gebrauchsanweisung bei nächtlichem Wadenschmerz helfen. Die Hockey-Jungs des hessischen D-Kaders bekommen es an die Ohrläppchen. Keine Minute ist vergangen, die Wirkung wird sichtbar. Zumindest am dunkelroten Ohr von Jonathan Faust vom Rüsselsheimer RK.

von Katrin Mathes

Genau der richtige Zeitpunkt für Christine Steinebach und Cornelia Pfeffer von der Abteilung Innere Medizin und Leistungsdiagnostik des Sportmedizinischen Instituts (SMI) in Frankfurt, ins Geschehen einzugreifen. „Her mit deinem Ohr“, Christine Steinebach schnappt sich Jonathans Ohrläppchen. Ein kurzer Pieks – die ersten Blutstropfen sind entnommen. Mit dieser ersten Probe wird das Ruhelaktat festgestellt.



Rainer Schrey erläutert den Ablauf des Tests

„Hey, spitzt alle mal die Ohren“, Rainer Schrey von der Abteilung Trainingswissenschaft am Olympiastützpunkt (OSP) Frankfurt Rhein-Main erklärt den Jungs, was ihnen an diesem Abend bevorsteht. Ein Ausdauer – Feldstufentest. Vier mal drei Runden auf der 400m-Bahn. Zwischendurch zur Blutspende bei den SMI-Girls. Von Mal zu Mal steigert sich die Laufgeschwindigkeit. Alle 50 Meter dieser durchdringende Pieps. Wer da nicht an der Markierung ist, der muss ein wenig an Tempo zulegen. Die fünfte und letzte Stufe: Vier Runden im lockeren Anfangstempo zur Regeneration.

Rainer Schrey, Hockeyexperte am OSP, macht schon seit 1990 mit den Bundeskadern leistungsdiagnostische Tests, die nun nach und nach bei den hessischen D-Kadern eingeführt werden. Natürlich nicht gleich das volle Programm mit Kraft- und Schnelligkeitstests. Aber wer von den Jungs richtig gut werden will, wird sich daran gewöhnen müssen. Der Feldstufentest ist erst der Anfang.

Nicht vergessen: Den Pulsmesser um die dünnen Rippchen legen. Bei jeder Blutabnahme soll auch der Puls gemessen werden. Noch keinen einzigen Schritt gemacht, zeigt die Pulsuhr von Nicolas Lange einen Schlag von 213 an. „Irgendetwas kann hier nicht stimmen“, Nico ist verwirrt. Ist die Aufregung bei dem 15-jährigen doch so groß? Keineswegs. Die Hockey-Jungs nehmen's locker und Nicos Pulsuhr beruhigt sich auch bald wieder. Die erste Gruppe legt in kurzen Hosen los. Manchen scheint das vorgegebene Tempo zu langsam zu sein und werden übermütig. Wird sich das später rächen?



Etliche Proben müssen durch die Mitarbeiterinnen des SMI erfasst werden ...

Nach drei Runden geht's wieder zu Christine und Cornelia. Erst kurz ziehen, damit das Blut läuft. Die beiden setzen kleine, dünne Glasröhrchen an den Ohrläppchen an. Behutsam füllen sie die Blutmenge in Hülsen mit Systemlösung. Da ist Antigerinnungsmittel drin, ansonsten wäre alles verloren. Hektik – eine Blutprobe fehlt noch. Nichts durcheinanderbringen. Cornelia Pfeffer krempelt die Ärmel ihrer dicken Winterjacke hoch, obwohl es inzwischen richtig kalt geworden ist. Die kleinen Löcher im Ohr sind kaum noch zu erkennen. Mit improvisiertem Flutlicht von zwei Autoscheinwerfern geht's einigermaßen. Die zweite Gruppe ist schon da. Schweißperlen tropfen den Jungs von der Stirn. Der Puls liegt bei den meisten im 190er Bereich. Geduldig und schnaufend wie kleine Lokomotiven überlassen die Hockeyspieler ihre Ohren den Blutabnehmerinnen. Bei dem 14-jährigen Felix Seitz kommt nichts mehr. Eingefroren. Ein bißchen Finalgon wird das zarte Läppchen wieder durchbluten lassen.



... damit die Zuordnung zu der entnommenen Probe stimmt.

Die ersten sind fertig. Die Arbeit für Christine Steinebach und Cornelia Pfeffer, die die Blutproben auswerten und für Rainer Schrey, der den Spielern individuell Pläne für das Ausdauertraining schmiedet, fängt jetzt erst an.

Für den hessischen D-Kader wird es bald ernst. Die Jungs werden vom Deutschen Hockey-Verband für den C-Kader gesichtet.

Zwei, drei Wochen nach dem Test wird jeder Spieler wissen, wie es um ihn steht. Nach den insgesamt 6,4 Kilometern heißt es, sich schnell in seine warmen Trainingsklamotten schmeißen und danach unter die warme Dusche. Aber Vorsicht! Dem Finalgon-Ohrläppchen könnte es ziemlich heiß werden.