

Marcel Risse über Tränen, den Baustein Modeste & das Derby

MARC L. MERTEN

on 31. Juli 2017 at 00:01

[...]

Aber das Vertrauen in die Bewegungen ist wieder da?

Das auf jeden Fall, ja. Vor allem die Testspiele werden mir jetzt helfen.

Das heißt, Sie werden gegen Bologna und Linz auflaufen?

Vor dem Trainingslager hatten wir gesagt: Bis Sonntag schauen wir uns an, wie mein Oberschenkel reagiert. Jetzt wissen wir: Er reagiert so, wie er sollte. Mit den Physios werde ich abklären, was jetzt in den Testspielen Sinn macht, aber ich hoffe, dass ich einige Einsatzminuten bekommen werde.

Da kam mir die eine oder andere Träne

Das letzte Mal, als wir zu einem Interview zusammensaßen, war drei Tage vor dem Derby in Mönchengladbach. Damals sagten Sie lachend: „Da muss ich natürlich ein Tor schießen.“ Sie haben Ihr Versprechen gehalten. Das war damals Ihr absoluter Saisonhöhepunkt, zwei Wochen später kam in Hoffenheim der Tiefpunkt. Näher beieinander können Himmel und Hölle nicht beieinanderliegen, oder? Der Moment in Hoffenheim war wirklich nicht schön. Schon in der Kabine hat mir Paul Klein gesagt, was Sache ist. Da kam mir die eine oder andere Träne. Bis dahin lief es so gut, aber ich habe auch gelernt, dass es dafür keinen guten oder schlechten Zeitpunkt gibt.

Das klingt eher sachlich.

Im Auto aus Hoffenheim zurück nach Köln hatte ich die Verletzung schon für mich akzeptiert. Ich habe erst meine Frau und meine Familie angerufen, dann Sharon Paschke.

Ihren Mentalcoach.

Genau. Er müsste mein dritter Anruf gewesen sein. Wir haben in einer schweren Phase begonnen zusammenzuarbeiten. Dann kam eine lange gute Phase, nun war es wieder schwerer. Und in solchen Phasen nutze ich die Gespräche mit ihm noch intensiver. Im Nachhinein war es für mich sehr wichtig, schon vor der OP wieder ein gutes Gefühl zu haben.

Es ging darum, wann wieder alles reibungslos funktioniert

Sie haben sich nach Ihrer Verletzung auch bei Marco Höger Rat geholt, habe ich gehört.

Nicht sofort, aber später natürlich. Im Laufe meiner Reha war das wichtig und sinnvoll mit ihm zu sprechen, wie es bei seinen Kreuzbandrissen gelaufen ist. Wann er wieder abstoppen konnte, wie sich Drehungen angefühlt haben. Es ging darum, wann wieder alles reibungslos funktioniert und wie er sich nach zwei, drei oder vier Monaten gefühlt hat.

[...]