



WAS MACHT EIGENTLICH?

Pander ist jetzt Mental-Trainer



Christian Pander in Aktion. Der Linksverteidiger spielte von 2001 bis 2011 für Schalke, wechselte danach zu Hannover 96. Karriere-Ende 2015

Foto: dpa

Artikel von: **JOACHIM SCHUTH** veröffentlicht
am

18.06.2019 - 20:33 Uhr

Schluss mit der Profi-Karriere – und dann?

Ex-Schalke-Star Christian Pander (35) stand im Sommer 2015 vor genau dieser Frage. Nach zwei Länderspielen und 141 Bundesliga-Einsätzen für Königsblau und Hannover 96 beendete der Münsteraner seine aktive Laufbahn mit einem Totalschaden im linken Knie. Seither suchte er den Kick nach dem Kick. Und hat diesen seit April gefunden...

Ex-Schalke-Star Pander jetzt Mental-Trainer!

Gemeinsam mit Geschäftspartner Sharon Paschke (37) hat er „Kompass Sportmentoring“ mit Firmensitz in Remscheid gegründet. Ein innovatives Unternehmen, das Mentales Coaching, Persönlichkeits-Entwicklung und Langzeit-Betreuung für Profi-Sportler, große Unternehmen sowie Einzel-Personen anbietet. Alles auf digitaler Schiene – was deutschlandweit einzigartig ist. Schon der Slogan von Panders Firma demonstriert Selbstbewusstsein: „Wir brauchen Ihr Problem, wir haben einfach zu viele Lösungen!“

Noch-Zweifach-Papa Pander (das dritte Kind ist unterwegs) zu BILD: „Die mentale Betreuung von Sportlern, die unter ständig wachsendem Druck stehen, ist enorm wichtig. Und kommt trotzdem viel zu kurz. In uns finden sie einen beständigen Partner, der jederzeit abrufbar ist. Per Computer oder sogar Handy.

► Pander (studierte nach seinem Karriere-Ende zunächst Sportmanagement als BG-Umschulungsmaßnahme) will die Köpfe seiner Klienten frei und stark für neue Herausforderungen machen, lässt sie speziell auf sie abgestimmte Aufgaben-Stellungen lösen. Er schöpft dabei auch aus persönlichen Erfahrungen wie langen Verletzungszeiten. Alles geschieht via App, Rechner oder – wenn vereinbart – auch per Video-Telefonat.

Ein Basis-Paket der Leistungen umfasst dabei sechs Monate und gleicht einem Fernstudium – ist aber jederzeit kündbar. Die Premium-Pakate haben längere Laufzeiten und beinhalten weitere Zusatz-Module,

Pander lernte Partner Paschke während dessen Bachelor-Arbeit kennen. Schwärmt: „Sharon hat enorme Überzeugungskraft und unglaublich viele Ansätze, um unbewusste Strategien, die für Blockaden, Hindernisse oder Probleme der Klienten verantwortlich sind, zu erkennen.“

► Während sich in den USA fast jeder Sportler in den großen Profiligen NBA, NHL oder NFL im mentalen Bereich coachen lässt, um besser und konstanter Leistung abrufen zu können, ist die Branche hierzulande noch ganz am Anfang. **Vorreiter Pander: „Derzeit stellen wir unsere Idee in der Bundesliga vor. Von den Klubs gibt's viel Zustimmung. Einige können sich durchaus eine Zusammenarbeit vorstellen.“**



Köln-Profi Marcel Risse (Foto) arbeitet bereits erfolgreich mit „Kompass-Sportmentoring“ zusammen. Genau wie Ex-HSV-Spieler Lewis Holtby

Foto: Karina Hessland / Getty Images

Zu den „Kompass“-Kunden gehören unter anderem bereits bekannte Fußballer wie Lewis Holtby (28/zuletzt HSV) und Kölns Marcel Risse (29).

Geschäftsführer Pander und sein Sportmentoring-Team sehen sich aber nicht als Konkurrenz zu den vielen Spielerberatern. Eher als sinnvolle Ergänzung: „Unser Ansinnen ist es nicht, einen Spieler von X nach Y zu transferieren. Wir wollen ihn mental für seine Aufgaben stärken.“



Christian Pander (7.v.l.) bestritt zwei offizielle Länderspiele für Deutschland, hämmerte dabei die Kugel beim 2:1-Sieg in England aus über 20 Metern in die Maschen

Foto: API

Mental-Coach Pander – vielleicht verschafft er künftig einem seiner Spieler derart viel Energie, dass diesem ein Treffer gelingt, wie ihm 2007 für Deutschland in Wembley. Damals knallte Pander den Ball aus 22 Metern zum 2:1-Sieg über England ins Netz. Ein Tor für die Ewigkeit.

Anzeige: [Aktuelle Trikots und Fashion der 1. Bundesliga findest du bei uns! BILD Shop – Hier kaufen Fans! \(https://shop.bild.de/fanshop/1-bundesliga/?\)](https://shop.bild.de/fanshop/1-bundesliga/)

[wtmc=shop.off.home.textlink.1buli.allgemein&utm_source=BDEintern&utm_medium=txtlink&utm_campaign=fanshop_1buli&utm_content=1buli.allgemein](https://shop.bild.de/fanshop/1-bundesliga/?wtmc=shop.off.home.textlink.1buli.allgemein&utm_source=BDEintern&utm_medium=txtlink&utm_campaign=fanshop_1buli&utm_content=1buli.allgemein)

plate=colorbox&utm_source=bilddedt&utm_medium=referral&utm_content=thumbnails-a:BILD Below Article Paid Compliant:)

plate=colorbox&utm_source=bilddedt&utm_medium=referral&utm_content=thumbnails-a:BILD Below Article Paid Compliant:)

THRONE: GRATIS ONLINE SPIEL

[publisherID=249678818&placement=bilddedt&adpartnerSet=2439691&plid=135376&pxl=taboola_fr](https://www.taboola.com/de/landing/throne/pastoral003_f002_s_fb_m_pre1p001?publisherID=249678818&placement=bilddedt&adpartnerSet=2439691&plid=135376&pxl=taboola_fr)

Dieses Spiel erobert Deutschland im Sturm

[https://plarium.com/landings/de/throne/pastoral003_f002_s_fb_m_pre1p001?](https://plarium.com/landings/de/throne/pastoral003_f002_s_fb_m_pre1p001?publisherID=249678818&placement=bilddedt&adpartnerSet=2439691&plid=135376&pxl=taboola_fr)

[publisherID=249678818&placement=bilddedt&adpartnerSet=2439691&plid=135376&pxl=taboola_fr](https://plarium.com/landings/de/throne/pastoral003_f002_s_fb_m_pre1p001?publisherID=249678818&placement=bilddedt&adpartnerSet=2439691&plid=135376&pxl=taboola_fr)

HOLZKERN

https://www.holz-kern.com/de/shop/uhren/damen.html?utm_source=taboola&utm_medium=bilddedt&utm_campaign=2437769

Ladys angepasst – Das sind die angesagtesten Holzuhren für euren Sommer...

(https://www.holzkern.com/de/shop/uhren/damen.html?utm_source=taboola&utm_medium=bilddedt&utm_campaign=2437769)

(https://singleboerse.de/top10/taboola_singleboersen_c?

SINGLEBÖRSE.DE '4508&dv=Desktop&pm=1157612_bilddedt&tt=10+Singleb%C3%B6rsen%2C+die+wirklich+funktionieren%21+Test+2019+-+Singleboerse.de)

10 Singlebörsen, die wirklich funktionieren! Test 2019 – Singleboerse.de

(https://singleboerse.de/top10/taboola_singleboersen_c?

k=taboola_singleboersen_7&cr=2463502_251174508&dv=Desktop&pm=1157612_bilddedt&tt=10+Singleb%C3%B6rsen%2C+die+wirklich+funktionieren%21+Test+2019+-+Singleboerse.de)

MEHR VON BILD

„ALLES SCHEINHEILIG“ ball/st-pauli-jos-ruhukay-rechnet-mit-teambuilding-massnahmen-ab-63265060,view=conversionToLogin.bild.html?wtrid=kooperation.reco.taboola.paid.bild.desktop)

Luhukay rechnet mit Teambuilding-Maßnahmen ab

(<https://www.bild.de/bild-plus/sport/fussball/fussball/st-pauli-jos-ruhukay-rechnet-mit-teambuilding-massnahmen-ab-63265060,view=conversionToLogin.bild.html?wtrid=kooperation.reco.taboola.paid.bild.desktop>)

PROFILER ÜBER ERSTICKTE FORSCHERIN f-kreta-erstickt-todeskampf-muss-minuten-gedauert-haben-63256924,view=conversionToLogin.bild.html?wtrid=kooperation.reco.taboola.paid.bild.desktop)

„Ihr Todeskampf muss mehrere Minuten gedauert haben“

(<https://www.bild.de/bild-plus/regional/dresden/dresden-aktuell/biologin-auf-kreta-erstickt-todeskampf-muss-minuten-gedauert-haben-63256924,view=conversionToLogin.bild.html?wtrid=kooperation.reco.taboola.paid.bild.desktop>)

ZU KÜHL IN DEUTSCHLAND? (kosten-ziele-im-sueden-fuer-fkk-fans-63181326.bild.html?wtrid=kooperation.reco.taboola.paid.bild.desktop)

In diesen Regionen werden FKK-Fans glücklich

(https://www.bild.de/bild-plus/reise/europa/reise-europa/die-besten-ziele-im-sueden-fuer-fkk-fans-63181326.bild.html?wtrid=kooperation.reco.taboola.paid.bild.desktop)

DAS KÖNNTE SIE AUCH INTERESSIEREN

GRUPPENVERGEWALTIGUNG VON FREIBU... reiburg-begleiterin-des-opfers-sagt-aus-63255600.bild.html?wtrid=kooperation.reco.taboola.free.bild.desktop)

Zeugin: „Sie hat geschrien und ist in Tränen ausgebrochen“ (https://www.bild.de/sport/staffeln/staffeln-reue-fuer-obenvergewaltigung-wir-frauen-zeugin-des-opfers-sagt-aus-63255600.bild.html?wtrid=kooperation.reco.taboola.free.bild.desktop)

SEIT 36 JAHREN VERSCHWUNDEN -suche-im-vatikan-reuters-63235698.bild.html?wtrid=kooperation.reco.taboola.free.bild.desktop)

Überraschung bei Grab-Öffnung im Vermisstenfall Orlandi (https://www.bild.de/vietnam/vietnam-vernachlässigte-söhne/vermisstenfall-orlandi-auf-de-im-vatikan-reuters-63235698.bild.html?wtrid=kooperation.reco.taboola.free.bild.desktop)

3-TAGE-TEST STYLEBOOK (https://www.stylebook.de/life/erfahrungsbericht-still-sein?wtmc=sybfff)

Was wenig Reden mit meinen Beziehungen machte (https://www.stylebook.de/life/erfahrungsbericht-still-sein?wtmc=sybfff)

(https://www.bild.de/bild-plus/politik/inland/politik-inland/kein-wort-ueber-merkel-gesundheit-zitter-zensur-in-cdu-zentrale-

MERKELS GESUNDH...

Zitter-Zensur in CDU-Zentrale

(https://www.bild.de/bild-plus/politik/inland/politik-inland/kein-wort-ueber-merkel-gesundheit-zitter-zensur-in-cdu-zentrale-65257498,view=conversion10Login.bild.html?wtrid=kooperation.reco.taboola.paid.bild.desktop)

(https://www.bild.de/bild-plus/politik/inland/politik-inland/grosse-koalition-so-unzufrieden-sind-die-deutschen-

NACH ZOFF WEGEN ...

So unzufrieden sind die...

(https://www.bild.de/bild-plus/politik/inland/politik-inland/grosse-koalition-so-unzufrieden-sind-die-deutschen-65199082,view=conversion10Login.bild.html?wtrid=kooperation.reco.taboola.paid.bild.desktop)

empfohlen von Taboola (https://popup.taboola.c

ANZEIGE

JETZT MITZOCKEN!

Exklusiv

500.000 (https://www.bild.de/sport/casino-spiele/browser-spiele/jackpot-kasino-spiele-49510472.bild.html)

© Axel Springer AG. Alle Rechte vorbehalten

