



BIRKENSTOCK
STOCK-SCHUHE
GEORGSTR. 48 | 30159 Hannover
11390501_002624

PAULA LAMBERT
S&M Education – Die lustigste
Gruppentherapie der Welt

16.09.24 HANNOVER
THEATER AM AEGI

TICKETS UNTER
WWW.S-PROMOTION.DE
20178701_002624

TIERGARTEN
AUKTIONEN
HANNOVER

Heben Sie Ihre
verborgenen
Schätze!

Briefmarken
und Münzen

Kunst und
Antiquitäten

Experten-
Schätzungen
(auch vor Ort)

Online- und
Saalauktionen

Tiergarten Auktionen Hannover GmbH
Telefon: 0511-35351102
www.tiergarten-auktionen-hannover.de
33258901_002623

Wurst-Gasar

**7-PFEFFER-
BRATWURST** 6,95
5 x 100g, Pk.

**HANNOVER ROYAL
SPEZIAL SAUCE** 3,99
200g Glas

% SONDERANGEBOTE %
gültig vom 22.07. - 27.07.2024

Schweineschnitzel Oberschale	100g 0,79
Holzfallerscheiben	100g 0,79
Hähnchenbrustfilet	100g 1,19
Cordon bleu vom Schweinerücken	100g 1,29
Thüringer Mett	100g 0,99
Geflügelbratwurst 5 x 60g	Pkg. 3,99

weitere Angebote finden Sie unter www.wurst-basar.de

20169401_002624

NEUES THEATER **NT** *Ihr Unterhaltungstheater*
HANNOVER

Wiederaufnahme aufgrund
der großen Nachfrage!

**Camping
Forever**

nur vom 01. – 31. August

KOMÖDIE VON
FREDERIK
HOLTkamp

Inszenierung
Jan Schuba

mit **Tanja Schumann,**
Marlene Zimmer und Ludwig Hohl

Georgstraße 54 · Tel. 36 30 01 · www.neuestheater-hannover.de
16875901_002624

Vierte Teilnahme: Den Papa übertrumpft

Hannovers Olympia-Starter – **TEIL EINS:** Verletzungen, Trennung, sportliche Probleme – 2023 war „das schwierigste Jahr meines Lebens“, sagt Andreas Toba.

HANNOVER. Es waren hoch-emotionale Worte und tiefe Einblicke in sein sensibles Seelenleben, die Andreas Toba kurz vorm Jahreswechsel in die Welt hinausblies. 2023 – das war für ihn „das schwierigste Jahr meines Lebens“, schrieb Hannovers Turnstar in den sozialen Medien: „Nur Gott weiß, wie viele Tränen, Schmerzen und schlaflose Nächte ich hatte.“ Toba wurde immer wieder von Verletzungen, sportlichen Enttäuschungen und privaten Baustellen zurückgeworfen. Ausgekugelter Daumen, Schmerzen am Schlüsselbein, Anriss des vorderen Kreuzbandes im rechten Knie im September. Zudem ging die Beziehung mit Dauerfreundin Daniela Potapova nach acht Jahren in die Brüche. „Von einer tragenden Säule in der deutschen Nationalmannschaft zum Ersatzmann und letztlich vom Vorbild zu einem gebrochenen Mann“, bilanzierte Toba schwermütig.

Gegen Ende des Jahres fing sich der TKH-Mann, auch mithilfe der Sportpsychologin Lena Tessmer vom Olympia-Stützpunkt in Hannover. Er zog Kraft aus der vorherigen Krise und fand, als es wieder bergauf ging, neuen Mut für die ultimative sportliche Herausforderung: die vierte Teilnahme an Olympischen Spielen. Auf Paris lag fortan sein Fokus. Er nahm sich vor, es allen zu zeigen: den Kritikern, seinen Fans, seinem Umfeld – aber vor allem sich selbst.

Ein halbes Jahr später: Toba hat Wort gehalten. Der Allrounder glänzte bei den deutschen Meisterschaften und zeigte auch in der zweiten Olympia-Quali seine Qualitäten. „Ich bin vielleicht besser drauf als jemals

zuvor in meinem Leben und hoffe, das auch in Paris zeigen zu können“, betonte Toba, als er neulich am Stützpunkt in Hannover zu den Spielen verabschiedet wurde.

Es sind seine vierten. „Das ist ein Traum – und es ist einmal mehr, als mein Papa Marius hat. Das ist mir schon extrem wichtig. Wir hatten da familienintern einen kleinen Wettkampf“, sagt Toba und lacht. Sein Vater hatte sich zwar auch viermal qualifiziert, aber nur dreimal teilgenommen.

Wenn Toba beim aktuellen Feinschliff im Trainingslager in Kienbaum nichts passiert, hat er seinen Vater (56), der auch Trainer, Vorbild und Mentor ist, überboten. „Er hatte eigentlich bessere Voraussetzungen als ich, war talentierter als ich“, sagt Toba, der sich alles hart erarbeiten musste – und immer wieder nach schweren Verletzungen zurückkehrte oder einfach weiermachte. Wie 2016 in Rio de Janeiro, als er sich mit einem Kreuzbandriss aufs Pauschenpferd schwang und unter höllischen Schmerzen das deutsche Team ins Finale turnte. Toba wurde zum „Hero de Janeiro“ und erreichte bundesweiten Helden-



Elegant und kraftvoll: Andreas Toba in Aktion.

Foto: privat

status. 2012 London, 2016 Rio, 2021 Tokio, 2024 Paris. Mit einer Medaille hat es nie geklappt –

und das wird es wohl auch diesmal nicht. Toba ist realistisch genug, seine Chancen und die sei-

nes Teams einzuschätzen: „Wenn wir das Mannschaftsfinale erreichen würden, wäre das

Er liebt die Hitze von Paris

Hannovers Olympia-Starter – **TEIL ZWEI:** Waspo-Triathlet Jonas Schomburg hat bei den Sommerspielen viel vor

HANNOVER. Mit einer genauen Wettervorhersage für die Olympischen Spiele ist es natürlich schwer. Triathlet Jonas Schomburg hat das aber genau im Blick, er rechnet in Paris mit hochsommerlichen Temperaturen. „Je mehr Hitze, desto lieber. Damit komme ich sehr gut klar“, sagt der 30-Jährige von Waspo 98. Er ist ein heißes Eisen für eine Top-Ten-Platzierung bei seiner zweiten Olympia-Teilnahme – oder sogar noch mehr. „Bei einem Triathlon kann alles passieren“, sagt Schomburg, „ich bin in guter Form und habe in diesem Jahr gezeigt, dass ich vorne mitmischen kann.“ Im Idealfall bekommt er sogar noch eine zweite Chance in der Mixed-Staffel. „Die hat eine realistische Gold-Chance“, sagt der frühere Langenahagener.

Der große Triathlon in Hamburg und alle weiteren Rennen – Schomburg hat auf sie verzichtet, er bereitet sich seit Wochen im spanischen Girona vor, bei Höchsttemperaturen von über 30 Grad. „Voller Fokus auf Paris, auch wenn ich natürlich vor heimischem Publikum gern noch einmal gestartet wäre“, betont der Waspo-Mann. Nur zu einem Check im Olympiastützpunkt Hannover war er für einige Tage

in Hannover, ließ sich gründlich untersuchen – und schaute bei seinen Großeltern in Langenhagen vorbei. Öfter als zwei- bis dreimal im Jahr schafft er das nicht, längst ist er ein Weltreisender in Sachen Triathlon.

Von einem Hotel zum nächsten, von einem Weltcup zum Trainingslager. Das geht nur mit leichtem Gepäck, Schomburg hat stets nur das Notwendigste dabei. Das gilt nicht zuletzt für seinen Körper. Bei 1,90 Meter bringt er 68 bis 69 Kilogramm auf die Strecke. „Ein bis zwei Kilo gehen da bis zu den Spielen aber noch runter“, sagt der Ausdauer-sportler – allerdings nur für die Wettkampfphase, sonst wäre das zu wenig, „und man wäre zu infektanfällig“.

Das ist ein wichtiges Stichwort für Paris, immerhin sind die Triathleten 1,5 Kilometer in der Seire unterwegs, bisher eher nicht für reines Wasser bekannt. Große Sorgen macht sich Schomburg aber nicht, immerhin überstand er bereits den Probe-Wettkampf in Paris im vergangenen Jahr unbeschadet. Er kam dabei nicht nur als Zweiter aus dem Wasser, sondern erwies sich zudem auch als resilient. Davon abgesehen keimte bei den Ausrichtern schon bald Hoff-

nung, die Wasserqualität mit einem großen Rückhaltebecken zu steigern. Das soll bei Starkregen die Kanalisation entlasten, die sonst überläuft und Schmutz in die Seine spült. Regnet es nicht länger sintflutartig, könnte dieser Plan aufgehen.

Das Schwimmen im Fluss ist ein Plus für Schomburg, der ohnehin seine Stärken im Wasser hat. Zweimal ist der Kurs zu bewältigen, hin zur Boje mit und zurück gegen die Strömung. „Das zieht das Feld weiter auseinander, es wird größere Lücken geben“, sagt der Routinier – was einen größeren Vorsprung für ihn bedeuten könnte.

Läuft es gut für Schomburg, steigen seine Chancen auf einen weiteren Einsatz in der starken Mixed-Staffel: „Wer da startet, ist aber eine Trainer-Entscheidung.“ In der Staffel (2021 in Tokio war er mit dem Lehrer Justus Nieschlag Sechster, im Einzel nach einem unverschuldeten Sturz 38.) sind nur zwei Frauen und Männer dabei. Der Hannoveraner hatte sich nach Tim Hellwig und Lasse Lührs über das internationale Ranking für die Spiele qualifiziert, er setzte sich dabei gegen seinen deutschen Rivalen Lasse Priester durch. Entscheidend war sein dritter Platz



Er mag die Hitze: Triathlet Jonas Schomburg.

Foto: Imago/Hilger

beim Weltcup in Samarkand, danach war er nicht mehr einzuholen. Wie es nach Paris weitergeht, weiß Jonas Schomburg bereits: „Das ist noch nicht das Ende der Fahnenstange. Ich werde wohl erst mal zweigleisig fahren.“ Zum olympischen Sprint

nimmt er den Ironman 70.3 in den Blick, also die Halbdistanz des Ironman-Triathlons. „Ich fühle mich sehr gut, das ist entscheidend“, sagt er. Der Mann, der die Hitze liebt, hat offenbar noch genug Feuer, um sich in der Weltpitze zu behaupten.

Schöne Medaillen-Aussichten

Hannovers Olympia-Starter – **TEIL DREI:** Kanutin Paulina Paszek könnte Hannovers erfolgreichste Starterin in Paris werden

HANNOVER. So glücklich und stabil hat sich Paulina Paszek nie gefühlt, alles läuft bestens. Beschwingt und strahlend trainiert die Rennkanutin des Hannoverschen KC in diesen Tagen. Und das sieht man ihr an, das strahlt sie aus. Bei den Olympischen Spielen könnte die Lindenerin zur erfolgreichsten Athletin aus Hannover werden, sie peilt zwei Medaillen an. Das formuliert die 26-Jährige freilich etwas vorsichtiger: „Wir haben großes Potenzial und sehr gut gearbeitet.“ Ihr Trainer Jan Francik sagt hingegen forsch: „Wir fahren mit Paulina im Zweier und im Vierer um Gold mit.“

Mit der Deutsch-Polin fiebern viele mit, einer von ihnen ist ihr Onkel Darek. Ein großer, starker Mann aus Schlesien, den nichts so schnell umhaut. Aber wenn Paulina paddelt, rührt ihn das zu Tränen. „Er liegt gerade im Krankenhaus und kann es kaum erwarten, dass ich starte“, sagt Paszek. Dass sie vor rund fünf Jahren umsteuerte und ihr Glück beim deutschen Verband suchte, verübelt ihr daheim keiner –

zumal ihre Karriere in Polen nicht mehr vorankam. Francik erkannte ihr Talent bei einer Regatta und lotste sie nach Hannover. „Meine Familie in Polen weiß, dass ich hier glücklich bin. Mein Zuhause ist nun hier“, betont die WM-Dritte im Zweier des Vorjahres über 500 Meter, die olympische Distanz. Mit ihrem Mann Anatoli wohnt sie in Linden-Nord. Von dort ist es nicht weit zum Wasser und ins Grüne, das Paszek so liebt. „Die Natur beruhigt mich, hier komme ich runter. Wir machen gern Spaziergänge.“ Hannover sei wunderbar grün, es habe die perfekte Größe. Mit Kräutern und Blumen kennt sich bestens aus, bereitet sich gern mal einen Brenn-esseltee zu, „der ist gut für die Zufuhr von Eisen“.

In Paris soll es indes um anderes Metall gehen, edleres natürlich. Mit Partnerin Jule Hake (Lünen) ist sie im K2 längst ein Team, die beiden sind befreundet. Im K4 gewann Paszek als Schlagfrau mit Hake sowie Pauline Jagsch (Berlin) und Sarah Brübler (Karlsruhe) beim Welt-

cup in Szeged Gold – gegen die Seriensiegerinnen aus Polen. Damit war auch diese Crew gesetzt. Den Rückschlag in Poznan im K4 wenige Wochen später, als Brübler stark angeschlagen paddelte und das Quartett auf Rang vier landete, weiß Paszek einzuschätzen: „Dadurch bleiben wir wach und haben höchstens Respekt. Wir arbeiten immer

weiter an Kleinigkeiten, hören nicht auf.“ Alles andere als eine Kleinigkeit wäre, die erhofften zwei Medaillen tatsächlich zu gewinnen, das ist Paszek klar: „Aber ich weiß und ich fühle, dass wir stark sind. Und ich war nie besser.“ Dass es dennoch eng wird im Kampf um die Medaillen und womöglich Gold, räumt ihr Trainer ein. „Aber wir

schaften nicht jahrelang, um dann bei Olympia nur dabei zu sein. Das ist uns zu wenig“, sagt Francik, der Deutschlands heutige Top-Kanutin von der Karriere-wende überzeugt hat, als sie schon aufhören im Begriff war. Der anders mit Paszek trainierte und ihr die Freude am Erfolg zurückgab. „Ich bin mir bewusst, dass das ein großes Glück ist. Ich bin dankbar, bekomme viel Unterstützung“, sagt Paszek.

In den Finals könnte es bei den Spielen abermals zum Duell mit Polen um Gold kommen. Kein Problem für Paszek, die Crews kennen sich, der deutsch-polnischen Freundschaft tut das keinen Abbruch. Und auch Darek bangt ausnahmsweise mit den Deutschen. „Er platzt fast vor Stolz und hat sogar ein deutsches Trikot bei mir bestellt, das soll ich ihm unbedingt mitbringen“, so Paszek. Vier Jahre muss ihr lieber Onkel das Shirt pfleglich behandeln, aus Los Angeles will Paulina Paszek ihm dann ein neues organisieren – die nächsten Spiele will sie auf jeden Fall auch noch mitmachen.



Trainer Jan Francik mit Paulina Paszek.

Foto: Debbie Jayne Kinsey