

Medaillen kommen in die Kiste

Ringern Dominik Picklapp und Erik Hötgen steht eine große Karriere bevor

Von ANNIKA ULRICH

KÖLN. „Mensch Dominik, hast Du schon wieder einen Pokal gewonnen? Super! Mach weiter so!“ Mit diesen oder ähnlichen Sätzen wird Dominik Picklapp in letzter Zeit häufiger beim Training in der Sporthalle begrüßt. Zusammen mit seinem Teamkameraden Erik Hötgen sorgt der 14-Jährige Ringer vom AC Mühlheim mit seinen guten Leistungen landesweit für Aufsehen in seiner Altersklasse. „Die meisten Medaillen kommen in eine Kiste. Nur die wichtigsten hänge ich auf“, schmunzelt Picklapp.

Bereits Schritt in den Seniorenbereich gewagt

Auch Hötgen findet kaum noch Platz in seinem Zimmer, so dass einige der Ehrungen schon in den Keller weichen mussten. Die beiden Ausnahmetalente nehmen seit diesem Jahr nicht mehr nur an Jugendturnieren teil, sondern starten auch in der Oberliga für die erste Mannschaft des Vereins. Für die beiden erfolgsverwöhnten Jugendlichen, die seit ihrem vierten Lebensjahr ringen, ist der Schritt in den Seniorenbereich nicht ganz einfach. Hier müssen sie sich im freien sowie im griechisch-römischen Kampfstil mit zum Teil wesentlich älteren und erfahreneren Ringern auf der Matte messen.

Bisher konnte Hötgen in der Gewichtsklasse bis 55 Kilogramm fünf seiner insgesamt elf Kämpfe gewinnen, einen unter anderem gegen den routinierten Ex-Zweitligaringer und doppelt so alten Sylvio Kemter aus Hohenlimburg. Für den amtierenden Deutscher Meister (B-Jugend) Do-



Jede Menge Pokale konnten in ihrer noch jungen Karriere die beiden Mühlheimer Nachwuchsringer Erik Hötgen (l.) und Dominik Picklapp einstreichen. (Foto: De Boeck)

minik Picklapp verläuft die Saison bisher noch nicht wie gewünscht. In der Gewichtsklasse bis 66 Kilogramm ist die Konkurrenz deutlich stärker als im Jugendbereich. Während er in seiner Alters-

klasse seine Gegner fast beliebig dominiert, bekommt er in der Oberliga seine Grenzen aufgezeigt. Lediglich in drei seiner elf Kämpfe verließ er als Sieger die Matte.

„Die Gegner sind schon viel

stärker, aber egal. Da muss man durch“, weiß Picklapp um die Schwierigkeiten in der neuen Liga. Insgesamt trainieren die beiden Jungen dreimal die Woche mit der Mannschaft in der Halle. Dazu kommen in-

dividuelle Kraft- und Laufleistungen. „Da hat man schon kaum Freizeit. Manchmal hat man dann auch keinen Bock mehr, aber weiter macht man trotzdem“, so der 14-Jährige Hötgen, der sich im April den Titel des Deutschen Vizemeisters (50 kg) sicherte.

Leidenschaft und Disziplin gehören zum Ringen dazu. Neben den vielen Trainingseinheiten müssen die Nachwuchsringer auch ständig auf ihre Ernährung achten, um ihr Kampfgewicht zu halten. „Es macht schon einen Unterschied, ob man zwei Big Mac oder einen großen Teller Nudeln mit Tomatensoße isst. Die Jungs wissen aber genau, was sie essen dürfen und was nicht. Alles eine Frage der Disziplin. Auch das müssen sie lernen“, weiß AC Freistil-Trainer Yasar Yavuz um die Probleme dieser Kampfsportart abseits der Matte. „Die beiden entwickeln sich aber gut und es macht Spaß mit ihnen zu arbeiten. Wenn sie dran bleiben, können sie es bis ins Nationalteam schaffen“, prophezeit Yavuz seinen Schützlingen eine vielversprechende Zukunft bei entsprechend harter Arbeit.

Die Nationalmannschaft sowie das Kämpfen in der Bundesliga ist das Ziel der beiden Mühlheimer Ringer: Alexander Leipold, einer der erfolgreichsten Freistilringer aller Zeiten (21 Mal Deutscher Meister, 4 Mal Europameister, 2 Mal Weltmeister), betreut seit 2005 als Bundestrainer den Nachwuchs.

Er ist das absolute Vorbild von Hötgen und Picklapp. Trotz mehrerer Schlaganfälle schaffte er ein Comeback und wurde Weltmeister. Ein Musterbeispiel von Disziplin, Ehrgeiz und Kampfgeist. Um ihre Ziele zu erreichen, trainieren beiden fleißig weiter, schließlich ist Erfolg auch „cool“.