

Premysl Panuska

Bundestrainer, 61 Jahre, verheiratet.

Seine Frau und die drei Kinder
(7,11, 13 Jahre) leben in Prag.



Wie oft siehst du deine Familie?

Jedes Wochenende. Es sind nur 400 km bis Prag.

Warst du früher selbst ein aktiver Ruderer?

Ja. Ich habe auch an Wettkämpfen teilgenommen, aber ich war nicht sehr groß. Das war etwas schwierig. Mit 35 habe ich aufgehört.

Welche Ausbildung hast du?

Ich habe an der Sport-Fakultät der Karls-Universität in Prag studiert - Lehrer für Mathematik und Sport- und Trainerausbildung. Nach dem Studium entschied ich mich für die Trainer-Laufbahn. Ich habe nie als Lehrer gearbeitet und könnte es heute auch nicht mehr. Ich habe alles über Mathematik vergessen.

Warum hast du dich für den Trainerberuf entschieden?

Ich habe mich für den Sport entschieden und glaube, das war eine gute Entscheidung. Meine Frau ist auch sportlich aktiv, sie rudert ebenfalls. In unserer Familie ist Sport immer das Hauptthema. Ich liebe den Trainer-Beruf. Man verdient zwar nicht viel Geld, aber es ist für mich ein Traum-Beruf.

Warum bist du nach Deutschland gekommen?

Ich war Mitglied der FISA-Wettkampf-Kommission und DRV-Sportdirektor Mario Woldt war auch in der Kommission. Wir kannten uns und ich sprach mit ihm über meine Arbeit als Cheftrainer in Tschechien. Ich habe das 15 Jahre gemacht und hatte das Gefühl, ich müsste mich verändern, etwas anderes machen. Drei Monate später fragte er mich, ob ich nicht für den DRV arbeiten wolle, ich hätte schließlich viel Erfahrung im Rudersport. So kam ich Anfang 2015 von Prag nach Berlin - ein Jahr vor den Olympischen Spielen in Rio. Jetzt bin ich also schon rund vier Jahre hier.

Du hast den Wechsel nach Deutschland also nicht bereut?

Nein. Die erste Weltmeisterschaft, die ich hier als Trainer mitgemacht habe, 2015, war schon ziemlich erfolgreich: Ich hatte den Doppelzweier mit Julia Lier und Mareike Adams trainiert. Sie gewannen Bronze.

Ich hab mit dem Team von Sven Ueck die acht Frauen der Doppelvierer trainiert und mit dem Doppelvierer haben wir in Rio Gold gewonnen. Das war eine tolle Erfahrung! Ich habe auch den Doppelzweier trainiert, der in Rio auf Platz Sieben kam.

2017 nach der Olympia-Saison begannen wir mit neuem Team, jungen Mädels. 2017 waren wir noch nicht so erfolgreich. Aber in diesem Jahr sind wir gut gestartet. In Belgrad beim Welt-Cup haben wir Platz zwei mit dem Doppelvierer in neuer Besetzung erreicht.

Hast du einen Acht-Stunden-Tag?

Nein, mein Arbeitstag ist länger. Zurzeit haben wir zwei Crews, die sich für den zweite Welt-Cup dieses Jahr in Linz vorbereiten. Jede Besetzung trainiert mehr als vier, fünf Stunden täglich. Also es ist mehr als ein Achtstundentag. Zwischen den Trainingseinheiten müssen wir planen und auch über unsere Methoden nachdenken. Wir sitzen also nicht nur im Motorboot, sondern bereiten natürlich auch das Training vor und nach. Wir haben eine Menge Technik im Boot, schauen uns die Videos an, analysieren das Training, planen die nächsten Schritte.

Würdest du den Trainer-Job weiterempfehlen?

Es ist ein sehr schöner Job. Ich arbeite mit jungen Leuten. Und ich möchte sie nicht nur für die Wettkämpfe vorbereiten, sondern auch für das Leben außerhalb des Rudersports, für die Zeit nach der Sport-Karriere. Also lege ich nicht nur Wert auf die sportliche Leistung sondern auch auf gutes Verhalten und gute Bildung. Der Trainer hat eine hohe Verantwortung. Das liebe ich. Vielleicht zieht das auch jüngere Leute an, diesen Job zu machen. Man sollte aber eine gewisse Art von Einstellung zu dieser Arbeit haben. Man muss den Job wollen.

Gab es schon Momente, an denen du den Job an den Nagel hängen wolltest?

Manchmal schon. Der Druck liegt ja nicht nur auf den Athleten, sondern auch auf dem Trainer. Nicht nur die Athleten sind manchmal erschöpft vom Training. Wenn die Ergebnisse nicht so sind, wie erhofft – dann sind das schwierige Momente. Aber eigentlich dachte ich bislang sehr selten aus Aufhören.

Was ist das Schöne am Rudern?

Die Natur, der Spaß, der sportliche Wettkampf. Die Bedingungen in unserem Sport auf den Regattastrecken sind fair. Das Beste ist: Wenn du hart trainierst, dann gibt es auch gute Ergebnisse. Das liebe ich. Große Anstrengung – großer Erfolg.

Hast du Hobbies?

Ja, die Familie. Mit meiner Frau und den Kindern sind wir viel draußen. Angeln und jetzt im Sommer Fahrrad fahren und laufen und schwimmen. Also alles, was man draußen machen kann. Im Winter Skifahren.

Was ist dein Lebensmotto?

Ich kann mein Leben selbst gestalten, ich bin selbst für mein Leben verantwortlich. Und, wie ich schon gesagt habe: Ich übernehme auch gern Verantwortung für die Entwicklung anderer.