

## Löw freut sich über namhafte Gegner

**Fußball:** DFB-Team trifft in der Nations League auf Frankreich und die Niederlande

■ **Lausanne** (sid). Joachim Löw fuhr am Ende seiner sonnigen Blitz-Dienstreife fast euphorisch zurück ins nahe Freiburg. „Jawoll, endlich mal kein Losglück! Gott sei Dank“, rief der Bundestrainer nach der Auslosung der ersten Nations League im Convention Center von Lausanne beschwingt. Er gönnte sich am Mittwoch diesen kurzen Moment der Freude über die Top-Prüfsteine Frankreich und Niederlande – dann schaltete er im Glaspalast ruppig zurück in den WM-Modus: „Die Nations League hat für mich im Kopf um sieben Uhr heute morgen begonnen und endet jetzt bis Mitte Juli.“

Das umstrittene UEFA-Milliardenprojekt findet aber durchaus Löws Zustimmung. „Es ist super interessant. Die Niederlande und Frankreich, das sind Nachbarländer mit großer Fußballkultur und langer Fußballgeschichte“, sagte er. Dies müssten auch die Fans verstehen, die teils ratlos auf den komplizierten neuen Wettbewerb für Nationalmannschaften schauen. „Der Fan und wir alle müssen lernen, das richtig einzuordnen“, sagte Löw, „das Interesse an den Testspielen hat die letzten Jahre ja rapide abgenommen. Die Leute wollen sehen, dass es um etwas geht.“

Das tut es. Der ehemalige portugiesische Starspieler Deco habe den Weltmeister „in die stärkste Gruppe“ gelost, die Gruppe A1, sagte DFB-Präsident Reinhard Grindel. „Damit wird auf einen Schlag klar, was Nations League bedeutet.“ Schließlich geht es in der Staffel A des Ligensystems aller 55 UEFA-Verbände auch gegen den Abstieg. Der Anreiz

für den Bundestrainer: Seine Mannschaft misst sich ab September abseits von EM und WM unter Wettbewerbsbedingungen mit Weltklasse-Teams. „Es wird spannende Spiele geben, volle Stadien, das hat mit den Freundschaftsspielen, die sonst gespielt worden wären, nichts mehr zu tun“, betonte Grindel. Dies alles ohne Zusatzbelastung für Stars, die „am Limit“ (Löw) sind.

### Ein Silberpokal wie eine verdrehte Vase als Belohnung

Für die kleinen Nationen geht es um noch mehr. Sie können sich in einem komplizierten Modus durch die Hinterfüße für die EM 2020 qualifizieren – vier der 24 Startplätze werden über die Nations League vergeben. Die insgesamt 16 Gruppensieger der Liga A, B, C und D ziehen in EM-Play-offs im März 2020 ein – es sei denn, sie haben ihre EM-Teilnahme bereits über die reguläre Qualifikation gesichert. Die vier Gruppensieger der „deutschen“ Liga A spielen in einem Finalturnier im Juni 2019 den Sieger aus. Der darf sich einen neuen Silberpokal in die Vitrine stellen, der einer verdrehten Vase gleicht.

Die Wahrnehmung der DFB-Spitze ist – auch aus strategischen Erwägungen im Rahmen der EM-Bewerbung für 2024 – positiv. In der Liga sieht es anders aus. „Keiner braucht die Nations League“, wettete Bayerns Münchens Vorstandschef Karl-Heinz Rummenigge, Hans-Joachim Watzke von Borussia Dortmund assistierte: „Wir haben wahrlich genug Wettbewerbe.“

## Die Gruppen der Nations League

Gruppenphase: September bis November 2018

LIGA A	LIGA B	LIGA C	LIGA D
Gruppe 1 Deutschland Frankreich Niederlande	Gruppe 1 Slowakei Ukraine Tschechien	Gruppe 1 Schottland Albanien Israel	Gruppe 1 Georgien Lettland Kasachstan Andorra
Gruppe 2 Belgien Schweiz Island	Gruppe 2 Russland Schweden Türkei	Gruppe 2 Ungarn Griechenland Finnland Estland	Gruppe 2 Weißrussland Luxemburg Moldau San Marino
Gruppe 3 Portugal Italien Polen	Gruppe 3 Österreich Bosnien/Herzeg. Nordirland	Gruppe 3 Slowenien Norwegen Bulgarien Zypern	Gruppe 3 Aserbaidschan Färöer Malta Kosovo
Gruppe 4 Spanien England Kroatien	Gruppe 4 Wales Irland Dänemark	Gruppe 4 Rumänien Serbien Montenegro Litauen	Gruppe 4 Mazedonien Armenien Liechtenstein Gibraltar

GRAFIK: DPA

QUELLE: UEFA

## KURZ NOTIERT

**Leichtathletik: Harting sagt ab**  
Das Bruderduell der Diskuswurf-Olympiasieger Christoph und Robert Harting am Freitagabend beim Berliner ISTAF Indoor ist geplätzt. Der 27 Jahre alte Christoph sagte seine Teilnahme an dem hochkarätig besetzten Hallenmeeting ab. Aufgrund eines kieferchirurgischen Eingriffs im Dezember sei ein kontinuierliches Training nicht möglich gewesen.

**Basketball: James knackt Marke**  
Superstar LeBron James hat als siebter und bislang jüngster Spieler in der Geschichte der nordamerikanischen Profiligen NBA die Marke von 30.000 Punkten durchbrochen. Der 33-Jährige löste damit Kobe Bryant ab, der diesen Meilenstein im Trikot der Los Angeles Lakers im Alter von 34 Jahren erreicht hatte.

**Biathlon: Horn EM-Dritter**  
Philipp Horn hat zum Auftakt der EM in Ridnaun die erste deutsche Medaille gewonnen. Der 23-Jährige aus Frankenhain lief in Südtirol über 20 Kilometer auf Rang drei.

**Ski nordisch: Ohne Northug**  
Nach Biathlon-Ikone Ole Einar Björndalen (43) wird auch Norwegens formschwacher Skilangläufer Petter Northug (32) nicht an den Olympischen Winterspielen in Pyeongchang teilnehmen. Northug, Doppel-Olympiasieger von 2010, hatte nach einer enttäuschenden Saison 2016/17 sportlich nicht den Sprung in Norwegens Weltcup-Team geschafft.

**Fußball: Gladbach bindet Elvedi**  
Bundesligist Borussia Mönchengladbach hat Abwehrspieler Nico Elvedi langfristig an sich gebunden. Der Schweizer Nationalspieler verlängerte seinen auf 2020 datierten Vertrag vorzeitig um ein weiteres Jahr bis Juni 2021.

### LIVE IM TV

**Eurosport:** 6.00, Tennis, Australian Open, Halbfinale Frauen, 9.30: Halbfinale Männer; 21.00, Radsport, Sechstagerennen Berlin



„Ein Schlüsselspieler der Zukunft“: Das sagt Kreativtrainer Matthias Nowak über den Deutschen Leroy Sané von Manchester City.

## Typ Basler mit Hirn

**Trainingslehre:** Wie der Bielefelder Sportwissenschaftler Thomas Schack und Bayerns Kreativtrainer Matthias Nowak freigeistige und intelligente Fußballer schaffen wollen

Von Ansgar Mönter

■ **Bielefeld.** Kann Kreativität und Freigeist systematisch trainiert werden? „Ja“ lautet die Antwort des Bielefelder Sportwissenschaftlers Thomas Schack und des Fußball-Profitrainers Matthias Nowak. An der Uni Bielefeld erforscht das die Gruppe namens „Neurokognition und Bewegung – Biomechanik“.

Der moderne Systemfußball hat das Spiel „brutal weiterentwickelt“, sagt Nowak, Kreativtrainer in Diensten des FC Bayern München. Die Spieler funktionieren perfekter, sind schnell, athletisch, taktisch auf der Höhe. Der Systemfußball hat aber nach Nowaks und Schacks Beobachtung eine Kehrseite: Für kreative und anarchische Spielertypen wie einst Mario Basler oder Ansgar Brinkmann ist kaum noch Platz.

Nowak hat diesen „Störfaktor“, wie er es nennt, selbst beim Topsteam in München beobachtet. „Ich war davon überrascht“, sagt er. Die Mannschaft geriet auch deshalb aus dem Tritt unter Ancelotti. Sie steckte in ihren Abläufen fest. Für Sportwissenschaftler Schack waren die heiklen WM-Spiele der Deutschen gegen Ghana 2010 und 2014 Beispiele für Starre auf höchstem

Niveau. „Die Deutschen wären fast gescheitert, weil sie keine kreativen Antworten jenseits des eigenen Systems auf dieses anders spielende Team fanden.“

Schack und Nowak konzentrieren sich bei ihrer Arbeit für mehr motorische Variabilität vor allem auf das Hirn. Sie sind überzeugt: allzeit kreative, intelligente und risikobereite Topathleten lassen sich schaffen – wenn die Grundlagen stimmen. Prototypen neuerer Generation gibt es. Einer ist laut Nowak Leroy Sané, deutscher Nationalspieler in Diensten von Manchester City. „Ein Schlüsselspieler der Zukunft. Er will jede Situation kreativ lösen.“ Sané lasse los, wenn es

sein müsse. „Diese Fähigkeit zur Anarchie wollen wir den Spielern beibringen“, sagt Schack.

Athletik, Taktik und Technik, trainiert durch dauernde Wiederholungen, bedeuten Stabilität; die Methoden von Nowak und Schack zielen auf ein bewegliches Hirn und damit freigeistige Elemente, abruflbar, wenn sie gebraucht werden.

Nowak hat Übungen entwickelt, die scheinbare Unmöglichkeiten möglich machen sollen. „Kaum jemand beherrscht zugleich die typischen Tricks von Ronaldo und Völlner“, sagt der Bayern-Coach. „Die Bewegungen überlagern sich eigentlich.“ Er

versucht es trotzdem, vor allem bei Nachwuchstalenten, denen er Aufgaben aus paradoxen körperlichen und geistigen Kombinationen stellt. „Die Spieler sagen oft erstmal: Trainer, das geht nicht“, berichtet er aus der Praxis. Die Neugierigen und Ehrgeizigen probieren es trotzdem. Und schaffen es oft. „Die begeistern mich“, sagt er.

Um die Effektivität der Methoden belegen zu können, hat Nowak Schack und dessen Mitarbeiter Ludwig Vogel an seiner Seite. Sie werten aus, was im Kopf der Sportler passiert. Seit fünf Jahren arbeiten sie zusammen. Der Bund deutscher Fußballlehrer will jetzt mehr über das Gehirntaining wissen. Er hat den Coach und den Professor zu einer Präsentation eingeladen.

Manche Trainer lehnen den Nowak-Ansatz ab, andere setzen längst auf trainierten Fußballfreigeist. Laut Nowak ist für Thomas Tuchel kognitive Bewegungsintelligenz entscheidend. „Er sieht genau, mit welchen Spielern er das trainieren kann.“ Die anderen sortieren er aus, was ihn mitunter unbeliebt mache bei einem Teil der Mannschaft. Pep Guardiola, ehemals Kollege bei den Bayern, sei auch so einer. Heute trainiert der Katalane Leroy Sané. Das passt perfekt.



**Fußball mit Hirn:** (v.l.) Ludwig Vogel, Thomas Schack und Matthias Nowak erforschen „Neurokognition und Bewegung“. FOTO: WEISCHÉ

## Strasser per Notarztwagen ins Krankenhaus

**Fußball:** Das Zweitligaspiel zwischen Darmstadt 98 und Kaiserslautern wird beim Stand von 0:0 abgebrochen. FCK-Trainer außer Lebensgefahr

■ **Darmstadt** (sid). Wegen eines medizinischen Notfalls bei Trainer Jeff Strasser ist am Mittwochabend das Spiel des Fußball-Zweitligisten 1. FC Kaiserslautern bei Darmstadt 98 abgebrochen worden.

Strasser ist nach seinen gesundheitlichen Problemen während der Halbzeitpause des Spiels zwischen dem 1. FC Kaiserslautern und SV Darmstadt 98 nicht in Lebensgefahr. Das sagte ein Sprecher von Strassers Club Kaiserslautern am Mittwochabend. Nach Informationen des TV-Senders Sky soll der 43-Jährige eine Herzattacke erlitten haben. Der Luxemburger wurde von einem Notarzt behandelt und in ein Krankenhaus gebracht. „Unser

Cheftrainer Jeff Strasser ist gerade zur Kontrolle auf dem Weg ins Krankenhaus“, teilte der FCK mit. Nach Angaben einer Klubsprecherin war der

Coach auf dem Weg in die Klinik bei Bewusstsein. Strasser soll in der Halbzeitpause über Übelkeit und Schwindelgefühle geklagt haben. Der Stadion-

sprecher sprach von einem „medizinischen Notfall“ und verkündete um 19.58 Uhr den Abbruch der Begegnung beim Stand von 0:0. Schiedsrichter Bastian Dankert aus Rostock hatte wegen der gesundheitlichen Probleme des FCK-Trainers zunächst die Halbzeitpause bei diesem Kellerduell auf unbestimmte Zeit verlängert. Dann brach er die Partie in Absprache mit den Teams ab.

Strasser ist seit dem 27. September 2017 neuer Cheftrainer seines ehemaligen Vereins 1. FC Kaiserslautern. Er übernahm die Mannschaft auf dem letzten Tabellenplatz in der Zweiten Bundesliga. Strasser spielte zwischen 1999 und 2002 für den 1. FC Kaiserslautern.



**Gestikuliert:** Kaiserslauterns Trainer Jeff Strasser soll in der Halbzeitpause zusammengebrochen sein. FOTO: DPA

## FUSSBALL

### 2. Bundesliga

VfL Bochum – MSV Duisburg	0:2
FC Ingolstadt – SV Sandhausen	0:0
1. FC Nürnberg – J. Regensburg	2:2
Holstein Kiel – FC Union Berlin	2:2
Darmstadt 98 – Kaiserslautern	abgebr.
FC Heidenheim – E. Braunschweig	2:0
Fortuna Düsseldorf – FCE Aue	2:1
DSC Arminia – Greuther Fürth	0:0
D. Dresden – FC St. Pauli	heute, 20.30

1 Fort. Düsseldorf	19	11	4	4	29:21	37
2 Holstein Kiel	19	9	7	3	39:25	34
3 1. FC Nürnberg	19	10	4	5	38:25	34
4 FC Ingolstadt	19	8	5	6	27:20	29
5 MSV Duisburg	19	8	5	6	27:26	29
6 SV Sandhausen	19	8	4	7	24:18	28
7 Union Berlin	19	7	6	6	35:28	27
8 Regensburg	19	8	2	9	29:27	26
9 DSC Arminia	19	7	5	7	30:29	26
10 FC Heidenheim	19	7	4	8	27:33	25
11 FC St. Pauli	18	6	6	6	18:29	24
12 D. Dresden	18	6	5	7	26:28	23
13 VfL Bochum	19	6	5	8	18:23	23
14 FCE Aue	19	6	5	8	19:27	23
15 Braunschweig	19	4	10	5	22:21	22
16 Darmstadt 98	18	4	7	7	28:31	19
17 Greuther Fürth	19	5	4	10	21:30	19
18 Kaiserslautern	18	2	6	10	14:30	12

### 20. Spieltag, 26. – 29. Januar

Berlin – Nürnberg	Fr. 18.30
Regensburg – Ingolstadt	Fr. 18.30
Fürth – Kiel	Sa. 13.00
K'lautern – Düsseldorf	Sa. 13.00
Duisburg – Heidenheim	Sa. 13.00
St. Pauli – Darmstadt	So. 13.30
Sandhausen – Dresden	So. 13.30
Aue – Braunschweig	So. 13.30
Bochum – Bielefeld	Mo. 20.30

### Bochum – Duisburg 0:2

**Tore:** 0:1 Iljutcenko (40.), 0:2 Wolze (45.+1. Elfmeter), **Zuschauer:** 17.564, **Schiedsrichter:** Benjamin Cortus (Röthenbach), **Gelbe Karten:** Wurtz (2), Gündüz (3) – Nauer (3)

### Ingolstadt – Sandhausen 0:0

**Zuschauer:** 7.575, **Schiedsrichter:** Marco Fritz (Korb), **Gelbe Karten:** Kutschke (3) – Förster (2), Zejnullahu

### Nürnberg – Regensburg 2:2

**Tore:** 0:1 Lais (6.), 1:1 Behrens (10.), 1:2 Grütner (28.), 2:2 Salli (49.), **Zuschauer:** 26.231, **Schiedsrichter:** Manuel Gräfe (Berlin), **Gelbe Karten:** – Vrežni, Nachreiner (2), Nandžik (4), Gimber (4)

### Kiel – Berlin 2:2

**Tore:** 1:0 Weilandt (9.), 2:0 Drexler (19.), 2:1 Skrzybski (32.), 2:2 Polter (85. Elfmeter), **Zuschauer:** 11.503, **Schiedsrichter:** Arne Aarnink (Nordhorn), **Rote Karte:** Kinombi (84.), **Gelbe Karten:** Weilandt (3), Lewerenz (2) – Hartel (2), Kroos (4)

### Düsseldorf – Aue 2:1

**Tore:** 1:0 Raman (30.), 1:1 Munzy (63.), 2:1 Hennings (70., Foulelfmeter), **Zuschauer:** 19.617, **Schiedsrichter:** Florian Badstübner (Windsbach), **Gelbe Karten:** Bodzek (3), Hennings (5) – John-Patrick Strauß, Cacutalua

### Heidenheim – Braunschweig 2:0

**Tore:** 1:0 Thomalla (48.), 2:0 Pusch (83.), **Zuschauer:** 10.500, **Schiedsrichter:** Daniel Schlager (Rastatt), **Gelbe Karten:** Mathias Wittek (8), Pusch (3) – Teigl, Valsvik (3), Reichel (7), Fejzić (4), Zuck (5)

## FUSSBALL KOMPAKT

### Höwedes schießt auf die WM

Weltmeister Benedikt Höwedes (29) hat seine Teilnahme an der WM in Russland in diesem Sommer noch nicht abgeschlossen. „Die beste Antwort gibt man als Spieler naturgemäß auf dem Platz. Darum ist es wichtig, dass ich schnell fit werde und mit Juventus eine erfolgreiche Rückrunde spiele“, sagte der Defensivspezialist von Italiens Rekordmeister Juventus Turin der *Sport Bild*. Verletzungsbedingt hatte der Ex-Schalke erst ein Spiel für die alte Dame bestreiten können.

### Reus steigt ins Training ein

Das Comeback von Marco Reus beim Bundesligisten Borussia Dortmund rückt näher. Wie eine abschließende medizinische Untersuchung ergab, ist der Nationalspieler knapp acht Monate nach der Operation an seinem lädierten Kreuzband wieder voll belastbar. „Wir werden es jetzt angehen“, kommentierte BVB-Coach Peter Stöger die Fortschritte beim 28 Jahre alten Offensivspieler. Reus soll zu Beginn der kommenden Woche ganz normal ins Teamtraining einsteigen.