



Dr.-Ing. Hans-Theo Neisius

Was machst Du beruflich?

Beruflich beschäftige ich mich mit der Projektierung und Inbetriebsetzung von Netzleitsystemen (Hochspannungsnetze). Ich bin hier welt-weit unterwegs.

Wie bist Du zum Judo gekommen?

Als ich nach etwa 6 Jahren sportlicher Abstinenz wieder mit regelmäßigem Sport beginnen wollte, dachte ich an eine Wiederaufnahme von Karatetraining. Doch mein Sohn (damals 6 Jahre), den meine Frau Monika und ich gerade im TSV Wachendorf, Judo, angemeldet hatten, meinte ich sollte doch auch Judo machen

Welche Ziele hattest Du damals?

Mir war damals meine körperliche Fitness wichtig. Nicht weniger Bedeutung hatte mein Wunsch, mit netten Leuten ein gemeinsames Hobby zu betreiben.



Was waren Deine größten Erfolge?

Da ist an erster Stelle der 1. Dan zu nennen (1997) für den Roland Wenisch und ich uns vorbereitet haben. Wir beiden haben die Prüfung erfolgreich bestanden. Doch in einem Atemzug ist der Bayerische Vizemeister in der Nage-No Kata zu nennen. Roland und ich haben das Prüfungsfach Kata bei der Bayerischen Meisterschaft ablegen wollen. Etwa eine Woche nach der Meisterschaft wurden wir dann zur Deutschen Meisterschaft in Berlin nominiert. Die Teilnahme hier war ein erhebendes Erlebnis.

Was war Dein größter Rückschlag?

Mein Kreuzband-Riss 2016. Hier war es lange nicht klar, ob ich sportlich wieder aktiv werden kann.

Gibt es Parallelen zwischen Deinem Beruf, Privatleben und Judo?

Natürlich gibt es Parallelen. In allen drei Bereichen sind Verlässlichkeit, Durchhaltevermögen und Ziel-Bewusstsein erforderlich.

Ich möchte dabei die sportliche Seite auf Judo, Karate und Kunstturnen erweitern. Jede dieser Sportarten, hat meine Persönlichkeit sehr stark geprägt.



Wie hat Dich Judo beeinflusst?

Ich habe durch den ernsthaft betriebenen Sport Verantwortungs-bewusstsein, Zielstrebigkeit und Ausdauer mir zu eigen gemacht. Dies hat sich, ohne Zweifel, auch auf mein privates und berufliches Leben ausgewirkt.

Nicht nur Judo, sondern auch die Sportarten, die ich früher betrieben habe, möchte ich hier nennen.

Welche Bedeutung hatte Judo für dich vor 40/30/20 Jahren?

Als ich 2003 mit Judo begann, suchte ich eine sportliche Betätigung und Kontakt zu netten Menschen. Als „Zugereister“ hatte ich ja in meiner neuen Wahlheimat keine Kontakte aus der Vergangenheit. Mit meiner Anmeldung im Verein (Judo-Abteilung) erschlossen sich mir neue Kontakte zu netten Menschen außerhalb meines beruflichen Umfeldes.

Was bedeutet dein Sport heute für Dich?

Neben der Bedeutung aus meiner Anfangszeit (die nach wie vor gültig sind) sind weitere Aspekte hinzugekommen. Je dunkler mein Gürtel wurde, umso mehr wurde es mir ein Bedürfnis, mein Wissen weiterzugeben.

Aber auch die Erkenntnis, dass man Judo nicht nur betreiben kann, sondern es auch ein Teil der eigenen Lebensphilosophie werden kann.

Was ist dir als Trainer besonders wichtig?

Mein Wissen weitergeben.

Wie bereitest du Dich auf ein Training/Prüfung vor?

Wie ist die Zielgruppe? (Alter und Graduierung)

Was soll weitergegeben werden?

Welche Gürtelprüfungen sollen abgenommen werden?

Wie bekomme ich einen roten Faden in mein Training?

Derartige Fragen sind nicht immer leicht zu beantworten. Auch die Umsetzung bedarf einer besonderen Beachtung.

Ohne Konzept klappt das nicht.

Was fällt Dir besonders leicht?

Besonders leicht? Hier kann (und will) ich wenig hinzufügen. Wer Dinge zu leicht nimmt, macht Flüchtigkeitsfehler. Jedes Training ist auch eine Herausforderung.

Was fällt Dir speziell als Trainer schwer?

Die Zeitplanung für ein Training ist nicht ohne. Wieviel Stoff kann in einem Training eingeübt werden, um ein Training zu füllen, aber nicht zu überladen?

Worauf bist Du als Trainer beim TSV Wachendorf besonders stolz?

Ich bin stolz darauf, in Teil dieser so gut funktionierenden Abteilung unseres Vereins sein zu dürfen.



Wie hat sich Dein Training in den letzten Jahren verändert?

Seit der Verleihung des 1. DAN habe ich zunehmend mehr Judoka mit „hellerem“ Gürtel angeleitet. Auch habe ich inzwischen die Lizenz zur Abnahme von Kyu-Gürtelprüfungen. Da ist es nützlich, wenn man die Prüflinge vor der Prüfung schon beobachten und anleiten kann.

Was wünschst Du dir im Training von den Judoka?

Engagement, ernsthaftes Üben, Fairness, gegenseitige Hilfe, um nur diese der Judo-Regeln zu nennen.

Hast Du noch weitere Hobbys?

Ich spiele gerne Gitarre und tanze gerne.

Was sind Deine Ziele? (privat/sportlich/im Verein)

Privat: Ich stehe vor Beginn meiner Rente und möchte dann zusammen mit meiner Frau einige gemeinsame Interessen wiederaufleben lassen.

Sportlich: Vorbereitung auf den 2. DAN

Im Verein: Weiterführung der Tätigkeit im Vereinsvorstand

Hast Du ein sportliches Vorbild? Und warum?

Da muss ich vier meiner Trainer nennen:

Meinen Trainer im Kunstturnen der mich sehr engagiert in dieser Sportart ausgebildet hat.

Meinen Trainer in der Regionalliga-Mannschaft des TV-Griesborn, der voll Engagement für die Sache arbeitete.

Meine jetzigen Trainer im Judo, Norbert Röck und Stefan Bernreuther, die als beide hochdekorierte Judoka uns „kleinen Lichtern“ ihr Wissen weitergeben.

Welche Empfehlung hast Du für junge Judoka und angehende Dan-Träger?

Dranbleiben. Es ist machbar, doch es bedarf der Ausdauer bei der Menge an Stoff innerhalb Prüfungsprogramms.

