

Samstag, 29. Dezember 2007

LEUTE HEUTE / Juan Müller will im Judo den Sprung an die internationale Spitze schaffen

Mit grossem Einsatz zum Erfolg

An den Schweizer Meisterschaften 2007 im Judo wurde Juan Müller in seiner Kategorie Vize-Schweizer-Meister. Der Sport und die Schule bestimmen den Alltag des 16-jährigen Glattfelders.

Ives Moser



Juan Müller (im blauen Anzug) wirft im Training des Judo-Teams Bülach, das er nach Möglichkeit besucht, seinen Kollegen Marco Mengotti mit der Wurftechnik Ippon Sei-O-Nage zu Boden. (im)

«Ich war schon in meiner Kindheit von der japanischen Kultur fasziniert», erinnert sich Juan Müller. Der Bruder seines Grossvaters war es, der dem heute 16-Jährigen mit Judo die sportliche Seite des asiatischen Landes näher brachte. «Mir hat es vom ersten Tag an gefallen», schwärmt Juan, der im Alter von sechs Jahren dem Judo-Team Bülach beitrat und auch

heute noch dort trainiert.

Der Sport gehört mittlerweile zum Alltag des Glattfelders.

In Magglingen und Biel absolviert er die Sporthandelsmittelschule. An den diesjährigen Schweizer Meisterschaften konnte er seinen bisher grössten Erfolg feiern: Er holte sich die Silbermedaille in der Kategorie der unter 17-Jährigen bis zu einem Körpergewicht von 73 Kilogramm. Dass es mit der Finalteilnahme geklappt habe, hätte ihn schon etwas überrascht, so Müller. Obschon es sein Traum gewesen sei, den Titel zu holen.

Training mit nationalen Grössen

Im Gegensatz zu den Anfängen, als Müller noch einmal pro Woche trainierte, nahm der Aufwand für seinen Sport immer mehr zu.

Schliesslich stand er drei- oder viermal wöchentlich auf den Matten im Bülacher Dojo – dem Trainingsraum der Judoka. Was sein jüngster Erfolg nicht vermuten lässt: Vor etwas mehr als drei Jahren gab er den Sport zwischenzeitlich auf. Nachdem viele gute Kollegen aufgehört hatten, entschloss sich Müller ebenfalls zu diesem Schritt.

Doch der Glattfelder kehrte wieder zu seinem Sport zurück. Ausschlag dazu waren die Olympischen Spiele 2004 in Sidney, die er am Fernseher verfolgte. Dort sah er die bekannten Judoka im Einsatz – darunter auch den Schweizer Sergej Aschwanden, dem er später noch begegnen sollte. Neben den vier Trainings pro Woche mit denen er wieder eingestiegen ist, besuchte der Unterländer bald schon zusätzliche Stützpunkttrainings in Zürich. Der Aufwand wurde belohnt. Im Sommer 2006 nahm er wieder an Wettkämpfen teil und erreichte an den Schweizer Meisterschaften einen 5. Platz, was ihm eine Talentcard einbrachte. Diese ist gleichbedeutend mit der Aufnahme ins nationale Sichtungskader – einer Vorstufe des Nationalkaders.

Derzeit trainiert Müller in Magglingen, wo er und seine Kollegen ab und an sogar die Möglichkeit haben, von nationalen Grössen wie Aschwanden oder Lena Göldi zu lernen. Um die Sporthandelsmittelschule besuchen zu können, nahm der Jugendliche sogar einen Umzug zu einer Gastfamilie in Biel in Kauf.

Das Programm in Magglingen ist straff. Schule und Training sind gezielt

aufeinander abgestimmt. Wöchentlich jeweils über 20 Stunden Judotraining und Schule sowie Hausaufgaben nehmen den grössten Teil in der Agenda des Judoka ein. «Es ist schon happig», sagt Müller. Aber wenn man etwas erreichen wolle, sei es nötig, dass man sowohl Sport wie auch Schule zu gleichen Teilen ernst nehme. In beiden Bereichen wolle er gute Leistungen zeigen. Die Kollegen aus seiner Schulzeit in Zweidlen sieht er an den Wochenenden, an denen er nach Glattfelden heimfahren kann.

Junioren-Nationalkader als Ziel

«Judo entscheidet sich im Detail», sagt Müller. Der kleinste Fehler könne über Sieg oder Niederlage bestimmen. Obschon es sich auf den ersten Blick um eine sehr körperbetonte Sportart handle, nehme die mentale Einstellung eine fast noch wichtigere Rolle ein: «Sehr viel spielt sich im Kopf ab.»

Nächstes Jahr wird sich Müller erst einmal umstellen müssen. Er tritt dann in der Kategorie der unter 20-Jährigen an. Gegen einige dieser Gegner hat er schon gekämpft. «Ich weiss ungefähr wie das Niveau dort ist», sagt er. Unterschiede seien vor allem im technischen Bereich spürbar. «Ich habe noch viel zu lernen», blickt der Unterländer in die Zukunft.

Auch längerfristig hat Müller Pläne. 2004 brachten ihn die Olympischen Spiele zurück zum Judo – im Jahr 2012 könnte er selbst schon an den olympischen Spielen auf der Matte stehen. «Das ist mein langfristiges Ziel. Bis dahin wird es aber ein harter Weg sein», sagt er. Kurzfristig sehen seine Vorhaben jedoch anders aus: «Ich möchte die Aufnahme ins Junioren-Nationalkader schaffen.» Dies könnte ihm – je nach Selektion – den Start an grossen internationalen Turnieren wie Welt- und Europameisterschaften ermöglichen.

Zur Person

Name: Juan Müller

Wohnort: Werktags in Biel, an den freien Wochenenden in Glattfelden

Beruf: Sporthandelsmittelschüler

Alter: 16 Jahre

Zivilstand: Ledig

Hobby: Judo, Freunde, Freestyle-Snowboarden