

Der 35-jährige Wildwasserkanute Stephan Stiefenhöfer über seine Erfolge als Athlet und als Trainer

„Ich habe eine gute Substanz geschaffen“

Der Vizeweltmeister betreut seinen Klubkollegen Max Hoff und ist begeistert von der Arbeit mit ihm.

KÖLNER STADT-ANZEIGER: Herr Stiefenhöfer, im letzten Jahr waren Sie nah dran, Ihre Karriere als Athlet zu beenden. Jetzt sind Sie vor knapp zwei Wochen doch noch zweimal Vizeweltmeister geworden, wie kommt das?

STEPHAN STIEFENHÖFER: Ich bin wirklich kürzer getreten im Winter, ich habe nur noch einmal am Tag trainiert. Aber offenbar habe ich mir in den 15 Jahren vorher eine so gute Substanz geschaffen, dass das trotz meines Alters noch reicht.

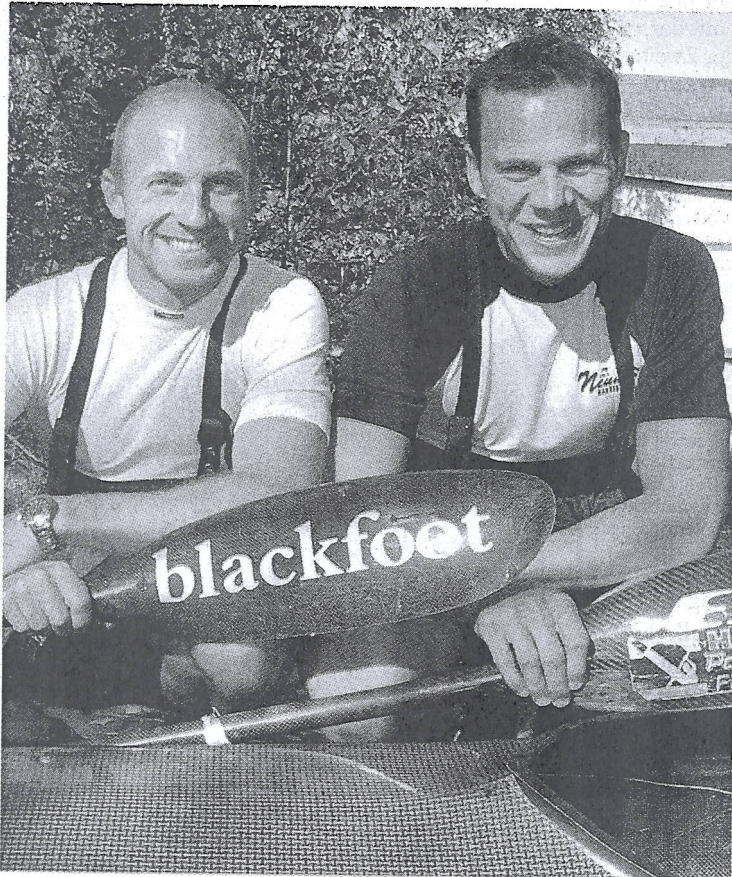
Ich weiß, dass ich mich ganz gut auf einen Termin hin fit machen kann

Waren die jüngsten Erfolge für Sie selbst überraschend?

STIEFENHÖFER: Auf jeden Fall. Wir haben ja schon in Deutschland eine ziemlich starke Konkurrenz. Ich habe gedacht, dass Tobias Bong vom RKC Köln, der das ganze Jahr vorne lag, auch bei der WM vor mir sein würde. Ich weiß, dass ich mich ganz gut auf einen Termin hin fit machen kann, aber dass das so gut laufen würde, hätte ich nicht gedacht.

Sie haben Ihre Karriere als Canadier-Spezialist begonnen und in dem Boot mit Stechpaddel Ihre größten Erfolge gesammelt. Wie kommt es, dass sie jetzt im Kajak mit dem Doppelpaddel ganz vorn mitmischen?

STIEFENHÖFER: Ich bin ja zwischendurch schon Mal zwei Jahre lang Kajak gefahren. Aber da war ich vom Pech verfolgt und musste wieder umsteigen, wegen der Bundeswehr und des Geldes. Jetzt habe ich mir gedacht: Es ist so weit, jetzt mache ich das, was mir Spaß macht. Im letzten Jahr war ich als deutscher Meister und zweimaliger Vize-Europameister mit dem Team schon relativ erfolgreich, aber dass das in diesem Jahr nochmal so fluppt, hätte ich nicht gedacht.



Stephan Stiefenhöfer (links, hier mit Max Hoff), geb. am 17. September 1972 in Köln, Wildwasserkanute, Trainer und Diplom-Kaufmann, Team-Weltmeister im Canadier-Einer 1995 und 2006, Vize-Weltmeister im Canadier-Einer 2006, Europameister 2003 und 2005, Vize-Weltmeister im Kajak Einer und im Team über die klassische Distanz 2008.

BILD: SRO

Warum gefällt Ihnen das Kajakfahren besser?

STIEFENHÖFER: Besser kann man nicht sagen. Es ist einfach eine andere Herausforderung. In Deutschland gibt es im Kajak die größere Konkurrenz, das hat mich gereizt.

Seit zwei Jahren betreuen Sie als Trainer ihren Klubkollegen Max Hoff. Der ehemalige Wildwasser-Weltmeister hat sich am Wochenende die Olympianominierung in der Nachbardisziplin Kanurennsport gesichert. Welcher Erfolg ist schöner für Sie, der als Athlet oder der als Trainer?

STIEFENHÖFER: Da kommt seit letztem Jahr, da ging das ja schon los mit Max, so viel zusammen. Ich kann

das gar nicht richtig einordnen. Das mit dem Max ist ein Traum, auch ein bisschen von mir. Dass das so gut passt mit uns beiden und dem Training, das ich ihm gestalte, ist genial. Der Max ist aber auch ein sehr gut annehmender Sportler, und er ist selbst extrem ehrgeizig. Er hat natürlich selbst den größten Anteil an seinem Erfolg, ich bereite ihm nur ein bisschen den Weg und bin sehr stolz, dass ich daran teilhaben kann.

Man hat beim Deutschen Kanu-Verband ja offenbar großes Vertrauen in Sie, Max Hoff darf immer zu seinem Heimtrainer zurückkehren und sich auf eigene Faust vorbereiten.

STIEFENHÖFER: Ich weiß nicht, ob das Vertrauen ist, oder ob die wis-

sen, dass sie das so machen müssen, weil der Max ein spezieller Athlet ist. Er lässt sich nicht ins Schema F des DKV reindrängen. Die wissen, dass das Training mit uns beiden ganz gut geklappt hat. Ihn jetzt in ein anderes Konzept reinzupressen, wäre der falsche Weg. Aber ich freue mich sehr, dass die da so offen sind.

Bei der Wildwasser-WM kam der größte Teil des deutschen Kajak-Herren-Teams aus Köln. Woher kommt diese Dominanz?

STIEFENHÖFER: Köln war ja schon immer eine Hochburg im Wildwasserrennsport. Bei uns im Verein, bei Blau-Weiß, betreue ich jetzt auch den Niels und den Sebastian Verho-

ef. Das hat in diesem Jahr auch ganz gut eingeschlagen.

Und ein Tobias Bong vom RKC wird bei seinem ersten Großereignis bei den Erwachsenen mal eben Vierter.

STIEFENHÖFER: Der Tobias ist ein extremes Talent. Wenn man dem beim Paddeln zuschaut, sieht man sofort: Der muss gar nicht darüber nachdenken, der macht alles automatisch richtig. Es macht einen riesen Spaß, mit ihm ein bisschen zusammenzuarbeiten. Aber der RKC macht insgesamt eben auch eine super Nachwuchsarbeit. Dass da dann mal einer richtig rausschießt, war zu erwarten und ist richtig schön.

Das Gespräch führte Susanne Rohlfing

Ergebnisse

Ergebnisse der Kölner Wildwasserkanuten:

Weltmeisterschaft in Ivrea

Klassik-Rennen

Kajak Männer

2. Stephan Stiefenhöfer (Blau-Weiß)

4. Tobias Bong (RKC)

9. Sebastian Verhoef (Blau-Weiß)

Kajak Frauen

7. Silke Kassner (KSK Team)

Sprint-Rennen

Kajak Männer

4. Niels Verhoef (Blau-Weiß)

10. Sebastian Verhoef (Blau-Weiß)

19. Tobias Bong (RKC)

Kajak Frauen

17. Silke Kassner (KSK Team)

Klassik-Team

Kajak Männer

2. Deutschland (Stiefenhöfer, Bong, S. Verhoef)

Kajak Frauen

2. Deutschland (Füßer, Kassner, Stöber)

Sprint-Team

Kajak Männer

4. Deutschland (Bong, S. Verhoef, N. Verhoef)

Kajak Frauen

3. Deutschland (Füßer, Kassner, Stöber)

Weltcup in Karlsbad

Klassik-Rennen

Kajak Männer

3. Tobias Bong (RKC)

6. Sebastian Verhoef (Blau-Weiß)

19. Niels Verhoef (Blau-Weiß)

Sprint-Rennen

Kajak Männer

9. Sebastian Verhoef (Blau-Weiß)

22. Niels Verhoef (Blau-Weiß)

23. Tobias Bong (RKC)