

Trainerfuchs sorgt für Aufschwung

Buchs Immer mehr Mitglieder, immer schnellere Schwimmer – die Verantwortlichen des SC Flös können sich glücklich schätzen, Paul Kondratev am Beckenrand zu wissen.

Es ist keine Selbstverständlichkeit, dass ein Fachmann seines Kalibers seine Zelte in der Schweiz respektive im beschaulichen Werdenberg aufgeschlagen hat. Paul Kondratev war Spitzenschwimmer der ehemaligen Sowjetunion, hat in der Funktion als Trainer mit Topteams in Europa gearbeitet, brachte Schwimmer an die Spitze der Weltelite. Nun trainiert er die Flöser Cracks, die, wen wundert's, im Schwimmbecken immer schneller und schneller werden.

Für Kondratev sind Bestzeiten und Medaillen aber längst nicht alles. Der Coach sorgt für Teamgeist beim SC Flös und will die Kinder lachen sehen. Er ist mit Leib und Seele Trainer und vergisst auch nicht, seine Schützlinge zu loben. (wo) **27**



Erfolgstrainer beim SC Flös: Paul Kondratev.

Mit Leib und Seele Coach

Schwimmen Vom 19. bis 23. Juli starten vier Flöser an den Nachwuchsmeisterschaften der Schweiz. Bestens auf den Anlass vorbereitet wurden sie von Trainer Paul Kondratev.

Er fällt auf im Hallenbad Flös in Buchs. Paul Kondratev ist ein stattlicher Mann von grosser Statur. Früher war er selber Athlet, sogar Mitglied der Juniorennationalmannschaft der UdSSR. Als Gewinner mehrerer Meistertitel seiner Altersklasse gehörte er zu den Aushängeschildern der ehemaligen Sowjetunion. Doch seine wahre Berufung fand er ziemlich früh schon als Trainer.

«Meine sportliche Karriere wurde abrupt beendet, als ich Mitte der Achtzigerjahre vom Nationaltrainer als zu kurz befunden wurde», erinnert sich Kondratev an seine aktive Zeit zurück. «Plötzlich durften nur noch Schwimmer über 1,95 Meter an die Wettkämpfe mit. Das war hart, denn ich hatte immer alle Limiten geschafft.» Dennoch war es für ihn eine schöne Zeit als Schwimmer. «Wir hatten ein hochprofessionelles Team, das sich um uns gekümmert hat», so der ehemalige Spitzenathlet.

Athleten aufbauen wie eine Schweizer Uhr

«Ich fand den Aufbau, das Techniktraining und die angewandte Methodik immer äusserst spannend. Was ich gelernt habe, hat mich bis heute geprägt. Mein damaliger Trainer und sein Team haben mich sicherlich inspiriert, selber eine Trainerlaufbahn einzuschlagen.» Seit Ende der Achtzigerjahre ist er Schwimmtrainer und manch einer fragt sich, wie er in Buchs beim SC Flös gelandet ist. Irgendwie reizte den mehrfach ausgezeichneten Coach diese Herausforderung. «Man hat vielleicht in anderen Ländern mehr Ressourcen, aber in der Schweiz wird viel und gut gearbeitet. Meine Athleten baue ich wie eine Schweizer Uhr auf. Es braucht viel Zeit, bis eine gute Uhr hergestellt ist, viel Arbeit und Engagement. Aber was man nachher hat, ist qualitativ wertvoll.» Kondratev und seiner Frau, die von Beruf Logopädin ist, hat es in Buchs auf Anhieb gefallen. «Eigentlich wollten wir immer schon gern aufs Land ziehen. Wir geniessen



Alles im Griff: Flös-Trainer Paul Kondratev konsultiert die Stoppuhr und prüft, ob seine Schützlinge auf dem richtigen Weg sind. Bilder: PD

die kurzen Wege und das weniger hektische Leben fernab einer Grossstadt.»

Weltweit Erfahrungen gesammelt

Kondratevs Erfolge als Athlet sind bemerkenswert, aber seine Karriere als Trainer steht diesen in nichts nach und ist vielleicht noch ein bisschen imposanter. Der ehemalige Spitzenschwimmer arbeitet seit über 30 Jahren haupt- oder nebenberuflich als Schwimmtrainer. Er studierte Sportwissenschaften an der staatlichen Universität in Minsk. Sein Wissen hat sich der diplomierte Sportlehrer über die Jahre in verschiedenen Ländern angeeignet. Mehr

als 20 Jahre lang hielt er verschiedene Trainerpositionen in deutschen, französischen und niederländischen Teams inne, arbeitete unter anderem in Berlin, Würzburg und Bamberg und brachte seine Athleten zu Meistertiteln, ins Nationalteam und an die Spitze der Welt-Elite. Ausserdem betreute Kondratev erfolgreiche Pro-Triathleten wie den Südafrikaner Carl Storm.

Neben zahlreichen Trainerauszeichnungen erwarb der Schwimmprofi auch ein Diplom als Physiotherapeut. Als grösste persönliche Inspiration nennt Kondratev die Praktika, die er bei den LA Lakers in den Vereinigten Staaten absolvieren durfte. Und

besonders geprägt habe ihn die Zeit als Assistent von Gennady Touretski. Mit ihm betreute er die Schweizer Nationalmannschaft. Noch heute holt er sich regelmässig Tipps von ihm, der als Trainer-Legende gilt und zusammen mit Alexander Popov den Schwimmsport revolutionierte.

Beliebter Trainer bei Gross und Klein

Seit der Trainerfuchs beim SC Flös in Buchs angestellt ist, geht es mit dem Verein bergauf. Die Anzahl Mitglieder ist auf über 100 Athleten gestiegen. Eingeteilt in acht Teams wird im Hallenbad Flös entsprechend viel trainiert. Stolz sein darf der engagierte Coach auch auf das Masters-Team, das mittlerweile eine stattliche Grösse erreicht hat und den Verein erfolgreich auf nationaler und internationaler Ebene vertritt. Kondratev hat etwas aufgebaut, das Anerkennung verdient. Er ist mit Leib und Seele Trainer. Einer, der sein fundiertes Wissen mit Leidenschaft weitergibt. Dabei liegt ihm auch viel daran, dass seine Athleten Teamgeist entwickeln, sich fair verhalten und gegenseitig respektieren. Diese Ziele integriert er in die Trainingsplanung und das scheint ihm gut zu gelingen.

Bettina Keilbar, Co-Leiterin der Schwimmschule, schwärmt von seinem Talent, den Kleinsten das Schwimmen spielerisch beizubringen und dabei sehr genau auf die unterschiedlichen Bedürfnisse des Einzelnen eingehen zu können. «Unsere Schwimmschüler mögen ihn sehr, nicht zuletzt, weil er nicht mit Lob geizt. Er erzielt Resultate, aber wichtiger ist es ihm immer, dass die Kinder viel zu lachen haben», erklärt Keilbar Kondratevs Methodik. An Wettkämpfen geht es Kondratev primär nicht um Rekorde und Medaillen, sondern um die persönliche Bestleistung eines jeden. Kontinuierliche Arbeit bringt Erfolg, das möchte er jedem seiner Schützlinge mit auf den Weg geben. (mw)

Flöser Quartett nimmt in Tenero teil



Dylan Dürr

Dylan Dürr ist 16 Jahre alt und besucht die Sekundarschule Kirchbühl in Grabs. Dürr hat südafrikanische Wurzeln und ist seit 2015 Mitglied beim SC Flös. Er ist Clubrekordhalter über 50 Meter Rücken sowie 50 Meter Schmetterling (Kurzbahn). Er wird in Tenero über 100 Meter Delfin und 100 Meter Rücken an den Start gehen.



Marie Mamin

Marie Mamin ist 12 Jahre alt und besucht die International School Rheintal. Sie trainiert viermal pro Woche und ist erst seit Ende 2016 beim SC Flös. Vorher gehörte sie vier Jahre dem Verein Flying Fish in Kuala Lumpur (Malaysia) an. Sie wird in Tenero über 100 Meter Brust und 100 Meter Rücken teilnehmen.



Benjamin Menzi

Benjamin Menzi ist 14 Jahre alt und besucht die Sekundarschule in Buchs. Der angehende Kantonsschüler trainiert sechsmal pro Woche und wird sich in Tenero auf 100 Meter Brust und 200 Meter Brust konzentrieren. Er hat sich heuer bereits zum dritten Mal für die Teilnahme an der NSM selektioniert.



Noemi Wyss

Noemi Wyss ist 14 Jahre alt und geht in die dritte Klasse des Liechtensteinischen Gymnasiums. Die Schaanerin trainiert siebenmal in der Woche, zweimal morgens vor dem Schulunterricht. Sie schwimmt seit 2011 beim SC Flös. An der NSM wird sie voraussichtlich über 100 Meter Freistil und 100 Meter Rücken starten.