Pirates gewinnen gegen Langenbach nur zweite Hälfte

Die Handballdamen der TSG Ober-Eschbach unterliegen zum Jahresausklang der HSG Kleenheim-Langgöns mit 24:28. In der ersten Halbzeit wird ein wichtiger Aspekt des Spiels vergessen, in der zweiten Hälfte kämpfen sich die Pirates noch einmal ran.

Langgöns. Für das letzte Spiel des Jahres von TSG Ober-Eschbachs Handballerinnen waren die Rollen im Vorfeld klar verteilt: Die HSG Kleenheim-Langgöns war als Gastgeber und Staffelsieger des Vorjahres Favorit, die Pirates in dünner Personalbesetzung der Außenseiter. Dementsprechend gestaltete sich auch die erste Halbzeit, die Kleenheim mit 17:9 deutlich gewann.

„Sie haben uns dominiert", gesteht Rückraumspielerin Franziska Chmurski, „auch, weil wir vergessen haben, aufs Tor zu werfen." Nur in den Spielen gegen den SC Markranstädt und den HC Leipzig Mitte Oktober traf man bis zum Kabinengang mit jeweils acht Toren noch weniger. Beide Partien gingen in der Folge verloren – gegen Markranstädt knapp mit 23:26, gegen Leipzig eindeutig mit 18:39. Nach der herben Pleite trat der damalige Trainer Marc Langenbach zurück.

Nun gab es ein Wiedersehen, denn Langenbach übernahm vor rund zwei Wochen das Team von Kleenheim, nachdem sich der Verein von Manuel Silvestri getrennt hatte. Das Wiedersehen war unabhängig von der ungewohnten Konkurrenzsituation freudig, wie Chmurski betont: „Wir waren von seinem Abschied damals zwar überrascht, weil Mannschaft und Trainer ein sehr gutes Verhältnis hatten, wir sind nicht im Bösen auseinander gegangen." Ende der zweiten Halbzeit musste Langenbach nun mitansehen, wie sich die TSG in das Spiel zurückkämpfte. Rund vier Minuten vor Schluss war der Acht-Tore-Vorsprung auf vier Treffer geschrumpft.

Erfolgreicher Ballklau

Langenbachs Nachfolger Alexander Adamski ließ eine 5:1-Deckung spielen mit Lisa Lichtlein auf der Eins. „Sie konnte dann auch noch zwei, drei Bälle klauen", berichtet Chmurski, „zudem war Milena *(Deppisch, Anm.d.Red.)* im Tor wieder richtig stark, weswegen es auf der Bank von Kleenheim plötzlich recht ruhig wurde." Langenbach jedoch äußerte seinen Unmut lautstark, so wie er es auch zu seiner Ober-Eschbacher Zeit regelmäßig tat, und kassierte dafür eine Verwarnung von den Offiziellen (54.). Seine neue Mannschaft war davon aber so weit wachgerüttelt, dass sie die Führung über die Zeit retten konnte.

Franziska Chmurski riss trotzdem nach Spielschluss die Arme in die Höhe. „Ich war stolz auf das, was wir als Mannschaft geleistet haben", erklärt sie, „schließlich haben wir die zweite Halbzeit gegen den amtierenden Staffelmeister gewonnen." Punkte gab es dafür nicht, doch mit der gleichen Einstellung würde man davon sicherlich noch einige im neuen Jahr einfahren.

„Ich glaube fest daran, dass wir die Klasse halten werden", sagt Chmurski, „und wenn wir in der 3. Liga bleiben, dann ist für mich auch klar, dass ich bei den Pirates bleibe. Ich fühle mich hier pudelwohl und habe in meinem ersten Jahr von den Mädels wie auch den Fans sofort Vertrauen und Unterstützung bekommen."

Spielfilm: 4:0 (11.), 5:3 (15.), 10:4 (21.), 14:7 (25.), 17:9 (30.), 20:11 (36.), 23:15 (42.), 26:20 (54.), 27:23 (59.). – **Pirates:** Deppisch, Löbig; Lichtlein (5/2), Riedel (4/3), Özer (4), Chmurski (4), Schwering (3), Orban (2), Bucher (1), Zsigmond (1), Brocke. *rk*

HANDBALL

3. Liga Ost, Frauen

FSV Mainz 05 II - Weiterstadt/Braunshardt/Wfd.	39:19
HV Chemnitz - Thüringer HC II	30:32
HSG Kleenheim/Langg. - TSG Ober-Eschbach	28:24
SC Markranstädt - TSV Birkenau	25:19
SG TSG/DJK Bretzenheim - TSG Eddersheim	30:22
TS Herzogenaurach - HC Leipzig	25:31

1.	HC Leipzig	12	12	0	0	383:254	24:0
2.	SC Markranstädt	12	8	3	1	314:261	19:5
3.	SG Bretzenheim	12	8	0	4	336:280	16:8
4.	Kleenheim/Langg.	12	7	2	3	322:285	16:8
5.	FSV Mainz 05 II	12	6	2	4	320:309	14:10
6.	TSG Eddersheim	12	5	3	4	308:299	13:11
7.	TS Herzogenaurach	12	6	0	6	331:320	12:12
8.	Thüringer HC II	12	5	0	7	336:375	10:14
9.	TSG Ober-Eschbach	12	4	0	8	285:333	8:16
10.	HV Chemnitz	12	3	1	8	317:358	7:17
11.	TSV Birkenau	12	2	1	9	280:346	5:19
12.	Weiterst.Br./Wfd.	12	0	0	12	239:352	0:24

Bezirksliga B/C, Frauen

TSG Nordwest - SV Fun-Ball Dortelweil	16:16

1.	HSG BIK Wiesbaden	10	9	0	1	249:154	18:2
2.	SG Nied II	11	9	0	2	206:166	18:4
3.	TG Rüdesheim	8	7	0	1	191:150	14:2
4.	TV Erbenheim	10	6	1	3	177:155	13:7
5.	Wehrheim/Obernhain	9	6	0	3	200:161	12:6
6.	TV Breckenheim	7	5	0	2	110:74	10:4
7.	TSG Eppstein II	10	4	1	5	200:219	9:11
8.	SV Seulberg II	8	3	1	4	139:164	7:9
9.	Fun-Ball Dortelweil	9	3	1	5	137:170	7:11
10.	TSG Oberursel III	8	3	0	5	179:167	6:10
11.	SV Bad Camberg II	7	2	1	4	159:176	5:9
12.	Goldstein/Schwan. III	9	2	0	7	123:168	4:14
13.	TSG Nordwest	10	1	1	8	125:187	3:17
14.	TG Sachsenhausen	10	0	0	10	89:173	0:20
15.	TV Hattersheim II a.K.	10	2	1	7	141:182	5:15
16.	Eschhofen/St. II a.K.	9	0	0	9	117:186	0:18

Er zaubert für Champions

Hintergrund Was Jens Machacek für Weltmeister und Olympioniken leistet – Eine berufliche Karriere auf der Überholspur

Wenn Sportler auf dem Gipfel angekommen sind, hat der Triumph nicht nur mit ihnen selbst zu tun. Wir stellen Jens Machacek vor, der als Sportbiomechaniker in Bad Homburg im Hintergrund wirkt und entscheidenden Anteil an mehr als 50 Weltmeistertiteln von Triathleten, Radfahrern und Mountainbikern hat. Für ihn ist Job zugleich Passion.

VON THORSTEN REMSPERGER

Bad Homburg. Die Bildergalerie im Hause Machacek ist zu groß geworden. „An die Wand passen jetzt nur noch die Weltmeister und Olympiasieger", erzählt Jens Machacek mit einem leisen Lächeln. Er sagt das eher wie ein Perfektionist als ein Aufschneider dahin. Auf Nachfrage hat er sie gezählt, vorher wusste er es nicht so genau: 6 Olympiasieger, insgesamt 12 olympische Medaillengewinner und 53 Weltmeister hat er in rund 25 Jahren beraten.

Freilich haben diese Sportler Jens Machacek nicht alle ein Bild geschenkt, das er an die Wand hängen kann, sondern unterschiedlich ihren Dank für seine Hilfe zum Ausdruck gebracht. Sonst müsste der 42-Jährige daheim wahrscheinlich anbauen. Mountainbike-Weltmeisterin Irina Kalentieva schenkte ihm kurzerhand ihr Wettkampf-Rad, die deutsche Bahnrad-Nationalmannschaft schickte ihm von den Sommerspielen aus London ein signiertes Trikot zum Geburtstag zu.

Kein Trainer oder Manager ist der Mann mit dem kahlgeschorenen Kopf und der großflächigen Tätowierung am linken Arm. Jens Machacek ist gelernter Orthopädieschuhmacher und wurde im Laufe seiner beruflichen Karriere zum Biomechaniker.

Indem er Sportschuhe und Rennräder individuell auf seine Kunden abstimmt, ermöglicht er ihnen die optimalen Voraussetzungen, um Höchstleistungen erzielen zu können, die im Idealfall zu WM-Titel oder olympischer Medaille führen. Wie er das macht? Machacek bastelt an Schuhen und Sätteln und verändert sie exakt so, wie sie laut seiner Analysen für die jeweiligen Sportler gemacht sein sollten. Auch eine eigene Carbon-Maßeinlage für Sportschuhe hat er bereits entworfen. Im Falle von Rennradfahrern immer mit dem Ziel, einen „runden Tritt" zu erzeugen.

Das hört sich nach einem geschäftstüchtigen Tüftler an. Es ist aber noch mehr: Mit der Umsetzung seiner Ideen hat Jens Machacek einst für eine kleine Revolution in seiner Lieblingssport gesorgt, so kann man das schon sagen.

Bauzeichner auf dem Rad

Früher machte der drahtige Mann, der in Hermeskeil bei Trier aufgewachsen ist und durch sein Aussehen und seine recht sanfte Art ein wenig an den Tennisspieler Andre Agassi oder den Musiker Moby erinnert, etwas ganz anderes. Er war von Beruf Bauzeichner und studierte Innenarchitektur. Das Rennradfahren war als Hobby schon immer seine Leidenschaft. Wenn da nicht diese hartnäckige Entzündung im Knie gewesen wäre, die einfach nicht weggehen wollte. Nicht durch Einstellungen an Rad und Sattel, nicht durch Medikamente, nicht durch Physiotherapie.

„Der Fahrradschuh muss das Problem sein", dachte sich Machacek, las sich in Fachliteratur ein und nahm seine Treter einfach selbst auseinander. Er tüftelte, schleifte und klebte, und irgendwann waren beim Radfahren seine Schmerzen im Knie weg. Als nächstes half er Kameraden aus seiner Trainingsgruppe weiter, die über ähnliche körperliche Beschwerden klagten. Ebenfalls mit verblüffendem Erfolg.

Sein Mentor betreut Barca

Machacek hatte Lunte gerochen. Er schmiss sein Studium, sattelte auf Orthopädie-Schuhmacher um, absolvierte in Trier seine Ausbildung. Danach arbeitete er mit Dr. Oliver Ludwig am Olympiastützpunkt Saarbrücken zusammen, der zu dieser Zeit die luxemburgische Bahnrad-Nationalmannschaft beriet. Inzwischen gehören unter anderem die Fußball-Profis des FC Barcelona, von Inter Mailand und Borussia Dortmund zu Ludwigs Kunden für Laufanalysen. Auch, weil Machacek über seinen Mentor verschiedene Messtechniken kennenlernte, entwickelte er ein eigenes wissenschaftliches Analyseverfahren.

Den Durchbruch schaffte der kahlköpfige Mann mit dem sanften Lächeln dann im Jahr 2005 nach einem Besuch der Fahrradmesse Euro-Bike in Friedrichshafen. Dort erzählte der Autodidakt von seinem Wissen und bot Fachsportmagazinen eine Gastkolumne an. Daraus wurde eine Serie über seine Erfindung – und innerhalb kurzer Zeit wollten Sportler aus ganz Europa etwas von ihm. Besser werden. Ganz oben sein. Durch Radbiometrie.

Mit einem Sattel oder Laufschuh verhält es sich so ähnlich wie mit Abfahrtsskiern oder dem Motor für einen Formel-1-Rennwagen. Ohne adäquate Unterstützung kann der Sportler noch so gut sein – er wäre nicht zu maximaler Leistung fähig.

Al-Sultan & Co. fragen an

Hochleistungssportler wie die Triathleten Faris Al-Sultan und Normann Stadler standen bei Jens Machacek Mitte des vergangenen Jahrzehnts Schlange. Bis zu viereinhalb Wochen Wartezeit mussten sie in Kauf nehmen. Denn Machacek ist und bleibt sowohl Autodidakt als auch Solist. Seitdem seine Geschäftsidee „durch die Decke ging", reist er an mehreren Tagen pro Woche durch die Republik, der Bund Deutscher Radfahrer engagierte ihn beispielsweise für die Betreuung seiner Leistungszentren.

„Wirklich frei habe ich nie", lächelt er, als wenn ihm das nichts ausmachen würde. Vor rund acht Jahren jedoch schlug sein Körper Alarm. Selbst Sport zu treiben, sich regelmäßig und gesund zu ernähren, vernachlässigte der Workaholic. Nachdem Machacek sich eine Auszeit vom Berufsleben auf der Überholspur nehmen musste, geht er mit seiner Gesundheit sorgsamer um.

Längst tritt er selbst wieder in die Pedale, im kommenden Jahr würde er gerne am Ötztaler Radmarathon teilnehmen. Fast Food gibt's nur noch selten. Urlaub zwar auch, aber wenn er wieder mal freihat, „dann kommen mir halt die besten Ideen". Mit einem Leuchten in den Augen sagt Jens Machacek das.

Konkurrenz schläft nicht

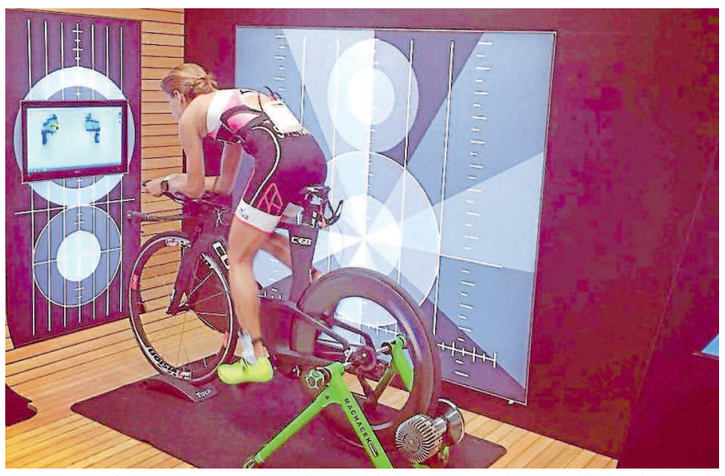
Die Konkurrenz schlief aber nicht, und bei diesem Thema verschlechtert sich seine Laune schlagartig. Längst seien Anbieter auf den Markt gedrängt, die ähnliche Analyseverfahren entwickelt haben. Teilweise erst, so behauptet Machacek, nachdem sie sich persönlich von ihm hatten beraten lassen. Anfänger und Otto Normalverbraucher sind in der Sportanalyse-Abteilung von Rosenkranz Scherer nämlich ebenso willkommen wie Olympiasieger und Weltmeister. Für das Bad Homburger Sanitätshaus arbeitet Machacek seit 2017 als Schuhmacher und Biomechaniker. Er hat dort sein Business für Fahrradbiometrie integriert.

Neulich war Bahnrad-Weltmeister Stefan Bötticher aus Chemnitz im Hochtaunus, um nach diversen Tests letztendlich einen neuen Sattel gebastelt zu bekommen. „Er hat auf seiner Harnröhre gesessen", erklärt Machacek, „weil das unangenehm war, rutschte er beim Fahren mit seinem Becken auf dem Sattel hin und her. Jetzt nicht mehr." Er zeigt den fertigen Rennradsattel, der eben wie ein Rennradsattel aussieht, schildert in aller Seelenruhe die Details der Sattel-Metamorphose, die von Nicht-Biomechanikern trotzdem schwer alle abzuspeichern sind. Dabei ist er ganz in seinem Element, in *seinem* Thema.

Wenn Jens Machacek bald die Siegerfotos daheim an der Wand neu sortieren muss, um ein neues aufhängen zu können, weiß er, dass seine Arbeit gut war.

Jens Machacek hält einen Sattel in den Händen, den er für Bahnrad-Weltmeister Stefan Bötticher angefertigt hat. Im Hintergrund ist ein Bild von Irina Kalentieva zu sehen. Die Mountainbike-Weltmeisterin wird von Machacek ebenfalls betreut. Foto: Remsperger

Umbau eines Radschuhs und Anpassung der Einlagen.



Analyse auf dem Rennrad: Profi-Triathletin Svenja Thoes während des Bikefittings in Bad Homburg. Fotos: Machacek (3)

Der gelernte Orthopädie-Schuhmacher Machacek bei der Arbeit.

„Bikefitting": Das passiert in zwei Stunden

Für ein sogenanntes Bikefitting bei Fahrradbiometrie-Spezialist Jens Machacek (Sanitätshaus Rosenkranz Scherer, Zeppelinstraße 24, Bad Homburg) sollen die Interessenten ihr Fahrrad, Radschuhe und kurze Radhose und zwei Stunden Zeit mitbringen.

Das Bikefitting setzt sich aus vier Bausteinen zusammen: einem ausführlichen Eingangsgespräch, einer Analyse der körpereigenen Biomechanik, einer orthopädischen Untersuchung und einem medizinischen Gesundheitscheck.

Für die Analyse führt Machacek während des Radfahrens beispielsweise eine Messung des Körperschwerpunkts, der Körperstatik und der Körperachse mittels Laser-Messsystem durch. Unter anderem wird auch gemessen, wie hoch der Druck auf den Sattel ist, den der Radfahrer während des Fahrens ausübt. Per Funk-Messsystem wird die Kraftübertragung in den beiden Radschuhen gemessen. Es werden per Videoanalyse Ausweich- und Ausgleichsbewegungen des Radfahrers ermittelt.

Ziel des Bikefittings ist es, die Tritt-Technik zu optimieren. Dazu kann gehören, das Rad richtig einzustellen, die Schuhe umzubauen oder anzupassen, die Pedalplatten einzustellen. Aber auch, um orthopädische und muskuläre Defizite zu erkennen und beseitigen sowie die Tritt-Technik zu optimieren.

Eine Komplettanalyse (inklusive Fußdruck- und Satteldruckmessung) kostet 159 Euro. *rem*

Die Basketballerinnen der Elangeni Falcons. Foto: HTG Bad Homburg

In weißen Trikots, mit roter Zipfelmütze

Bad Homburg. Ein Weihnachtsgruß der besonderen Art erreichte die Redaktion von den Elangeni Falcons. Die Grußkarte zeigt die Basketballerinnen des Bad Homburger Zweitligisten zwar wie gewohnt in weißen Trikots und mit Ball, aber auch mit verpackten Geschenken und roten Zipfelmützen. Dieses Bild wollten wir auch unseren Lesern nicht vorenthalten…

Wir bedanken uns schon jetzt für Ihr Vertrauen im Jahr 2018 und wünschen Ihnen schöne und besinnliche Feiertage!

Ihre TZ-Sportredaktion

FC Neu-Anspach kürt die Hallenkönige

Fußball Nachwuchs und Senioren gehen auf Kunstrasen und mit Rundum-Bande auf Torejagd

In der ARS-Sporthalle kommen die Fußballfans in den kommenden Tagen voll auf ihre Kosten. Ein Turnier jagt das andere. Los geht's am Donnerstag.

Neu-Anspach. Seit der Premiere im Jahr 2010 scheuen die Verantwortlichen beim FC Neu-Anspach weder Kosten noch Mühen, um ein Hallenfußballspektakel zu organisieren, das über die Grenzen des Rhein-Main-Gebiets hinaus ein Alleinstellungsmerkmal besitzt.

Die altehrwürdige Sporthalle der Adolf-Reichwein-Schule – die schon seit zwei Jahrzehnten in der Diskussion steht und nach einer Renovierung schreit – wird zwischen den beiden großen Toren mit den Maßen zweimal fünf Meter komplett mit Kunstrasen ausgelegt und mit einer Rundum-Bande versehen. Diese Ausstattung sorgt bei Spielern wie Zuschauern gleichermaßen für ein höchst attraktives Sportereignis, da der Hallenfußball nahezu permanent im Spiel ist und spannende Strafraumszenen quasi im Sekundentakt geboten werden.

Auch um die Mietkosten im vierstelligen Euro-Bereich zu decken, veranstaltet der FCNA in den kommenden beiden Wochen nicht weniger als 10 Turniere in der ARS-Sporthalle.

Hauptereignis ist natürlich die Serie um den „Bubi-Götz-Cup", bei dem vom 27. bis 29. Dezember jeweils ab 18 Uhr insgesamt 20 Mannschaften um Preisgelder in Höhe von 1100 Euro kicken sowie der beste Torwart und der beste Spieler gekürt werden. Gruppenligist 1. FC-TSG Königstein geht nach seinem 1:0-Endspielerfolg im Jahr 2017 als Titelverteidiger an den Start.

Darüber hinaus laufen ab dem 27. Dezember bis zum 4. Januar auch noch Jugend-Turniere in allen sieben Altersklassen (von der U7 bis zur U19) mit insgesamt 72 Mannschaften. Und am 30. Dezember treffen sich die Altherren-Fußballer in der ARS-Sporthalle, um ihren Neu-Anspacher Hallen-König des Jahres zu küren.

Im Gegensatz zu vergangenen Jahren haben Stefan Dörschmidt und seine Mitstreiter im Jugend-Ausschuss für die Turniere um den „Adam-Hall-Cup" im Nachwuchsbereich eine Änderung des Konzepts vorgenommen. Wurden sonst Mannschaften mit großen Namen verpflichtet, so sind diesmal gezielt Teams aus der näheren Umgebung eingeladen worden.

Einmaliger Hallenfußball im Hochtaunus: Der FC Neu-Anspach bietet eine Rundum-Bande. Foto: sp

Statt Turnieren, die in den Altersklassen U15 und U17 über zwei Tage gelaufen sind und mit einem erheblichen Aufwand für Anreise und Unterbringung verbunden waren, ist nun für jede Altersklasse ein eigener Spieltag vorgesehen. Dörschmidt: „Wir sind gespannt, wie das neue Konzept angenommen wird, erhoffen uns aber auf jeden Fall eine höhere Zuschauerresonanz bei unseren Jugendturnieren."

Die Spieltage im Überblick

A-Jugend: Freitag, 4. Januar; 10 Mannschaften (15 bis 22.15 Uhr). **B-Jugend:** Mittwoch, 2. Januar; 12 Mannschaften (9 bis 17.15 Uhr). **C-Jugend:** Samstag, 29. Dezember; 10 Mannschaften (9 bis 16 Uhr). **D-Jugend:** Donnerstag, 3. Januar; 10 Mannschaften (15 bis 22 Uhr). **E-Jugend:** Donnerstag, 27. Dezember; 10 Mannschaften (9.30 bis 16 Uhr). **F-Jugend:** Sonntag, 30. Dezember; 10 Mannschaften (9.30 bis 15 Uhr). **G-Jugend:** Freitag, 28. Dezember; 10 Mannschaften (9.30 bis 15 Uhr). *sp*