

Ein Rennen veränderte alles

Schwimmer Max Mannes will seine Karriere beenden, doch dann kommt sein großer Auftritt beim Euro-Meet

Von Jan Morawski

Ein besonderer Moment kann alles verändern. „Ich wollte aufhören“, verrät Schwimmer Max Mannes. „Drei Monate lang hatte ich nicht viel trainiert. Ich hatte schon den Plan gefasst, Pilot werden zu wollen.“ Doch dann kam das Euro-Meet 2019. Über 100 m Rücken schlug der Luxemburger hinter dem ehemaligen Junioren-Weltrekordler Robert-Andrei Glinta (ROM) und Weltmeister Kliment Kolesnikov (RUS) als Dritter an und holte Bronze.

Der unerwartete Erfolg warf den Plan über den Haufen. „Ich konnte neue Motivation fassen“, erklärt Mannes. Das Potenzial, das in ihm schlummerte, war zu groß, um es einfach wegzuerwerfen. Mannes trainierte – und lieferte. Das Resultat war unter anderem die Teilnahme an der Kurzbahn-EM Ende 2019 sowie ein erneut starker Auftritt beim Euro-Meet, bei dem Mannes diesmal als Vierter über 50 m Rücken den Podiumsplatz knapp verpasste.

1 000 Kilometer mit dem Auto

Doch der 22-Jährige will mehr – und wagt dafür den Schritt aus der Komfortzone. Ab September 2021 wird Mannes fest in Südfrankreich trainieren, in Antibes, wo auch Verbandskollege Pit Brandenburger seit vier Jahren seine Bahnen zieht. „Ich war bereits im Oktober dort, und es hat mir gut gefallen“, erzählt Mannes.

Nach dem Corona-Lockdown in Luxemburg setzten sich Mannes und Brandenburger ins Auto und fuhren erneut an die Côte d'Azur zu Trainer Franck Esposito (F). Nach drei Wochen war klar: Der paradisiische Trainingsort soll das neue Zuhause des Luxemburgers werden.



Das Training mit Raphaël Stacchiotti (l.) ist für Max Mannes sehr wertvoll.

Foto: Vincent Lescaut

„Am Anfang wollte ich fliegen, aber in Südfrankreich läuft der Umgang mit Corona ein bisschen anders als bei uns. Und ich wollte meinen Vater nicht fragen, ob er 1 000 Kilometer fährt, um mich abzuholen, falls ich nicht mehr wegkomme“, sagt Mannes schmunzelnd.

Die Entscheidung für seine neue Wahlheimat ist keine gegen Luxemburg. Es geht eher um das komplett professionelle Umfeld. „In Luxemburg haben wir eine sehr gute Infrastruktur“, erklärt Mannes. „Aber in Antibes trainieren wir gemeinsam mit einer großen Mannschaft voller Spitzenschwimmer. Das Niveau ist sehr viel höher.“

Gleichzeitig gibt es in Antibes keine Ablenkung und keine Ausreden. „Wenn ich in Luxemburg frei habe, mache ich etwas mit Freunden. Dort habe ich nur meine Schwimmmannschaft“, erläut-

• Ich schwimme, seit ich vier Jahre alt bin. Ich weiß, wie viel Fleiß und Zeit unsere Sportart beansprucht.

tert der 22-Jährige. Außerdem sei er in der Heimat immer einer der Schnellsten – in Südfrankreich schwimmen Mannes und Brandenburger meistens hinterher.

Dass der Luxemburger nicht schon nach diesem Sommer die Koffer packt, liegt an der Schule. In Abendkursen wird Mannes sein Abitur nachholen, morgens und mittags trainiert er in der Coque. Dort merkt Mannes bereits jetzt, wie wichtig es ist, schnelle Trainingspartner zu haben. „Ich trainiere mit Raphaël (Stacchiotti), und das ist ein großer Ansporn für mich. Es ist wichtig, einen Anhaltspunkt zu haben“, sagt Mannes.

Den hat Mannes auch in Brandenburger – denn der 25-Jährige ist als Freistil-Langstreckenspezialist zumindest ansatzweise ein neues Vorbild. „Ich versuche, vom Rückenschwimmen wegzukommen und mehr die Freistilstrecken anzugehen“, verrät Mannes. „Ich bin seit fünf Jahren nicht mehr intensiv Kraul geschwommen, aber ich bin schon immer ein bisschen Langstreckenschwimmer gewesen.“ Im Auge hat Mannes vor allem die 400 m.

Ansporn kommt von innen

Bis zu den Olympischen Spielen 2024 in Paris will Mannes mindestens in Antibes bleiben. Parallel will er ein Fernstudium beginnen. Welches Fach es werden soll, ist noch offen. „Ich bin fast die B-Zeit für Tokio geschwommen“, erzählt Mannes. „Aber wegen der Schule sind die Sommerspiele nächstes Jahr kein Thema.“ Die Motivation für die nächsten großen Wettkämpfe ist deshalb umso größer. Bereits 2021 ist mit WM und EM auf der Kurzbahn sowie den normalen Europameisterschaften ein perfektes Jahr dafür.

Dass der Ansporn für das harte Training vor allem vom Athleten selbst kommen muss, hat Mannes gelernt. „Normalerweise steht jeden Monat ein Wettkampf an, also ein Ziel, für das man trainiert“, erklärt er. „Das war während Corona nicht der Fall. Viele Schwimmer haben deshalb aufgehört.“

Doch Mannes denkt nicht mehr ans Karriereende – sogar dann nicht, wenn die Trainingseinheit mal wieder besonders eintönig ist. „Ich schwimme, seit ich vier Jahre alt bin. Ich weiß, wie viel Fleiß und Zeit unsere Sportart beansprucht. Aber wenn mein Potenzial zum Vorschein kommt, dann spornt mich das an.“



Kraul statt Rücken: Max Mannes will seinen Schwimmstil umstellen und sich auf längere Strecken konzentrieren.

Foto: Christian Kempf