

Immer auf der Matte geblieben

Ein Goldschmied, ein roter Doppeldecker und die erfolgreichste Judoka in Slowenien

Im Osten Sloweniens fließt die Savinja durch ein flaches Hügelland, durch Wiesen mit Bauernhöfen und Heuharfen, durch Hopfenfelder und kleine bunte Dörfer. Doch wenn man nahe Celje durch die kleine Gemeinde Lopata fährt, steht an der Landstraße plötzlich ein roter Doppeldecker-Bus, ein Original aus London. Er steht neben dem Judo-Zentrum von Marjan Fabjan, dem erfolgreichsten in ganz Slowenien. Mit den Judoka Urška Žolnir Jugovar, Petra Nareks, Lucija Polavder, Rok Drakšič, Tina Trstenjak und Anamari Klementina Velenšek wurde es weltbekannt.

„Ohne Marjan Fabjan gäbe es kein Judo in Slowenien“, sagt Tina Trstenjak. Mit ihm als Trainer wurde die 34-jährige, 162 Zentimeter große Frau aus Celje 2016 gleichzeitig Europameisterin, Weltmeisterin und Olympiasiegerin -. Bei diesen Großveranstaltungen hat sie insgesamt 13 Einzelmedaillen gewonnen. Sie ist die erfolgreichste Judoka Sloweniens. „Marjan Fabjan ist streng und achtet auf Disziplin. Aber innerlich ist er ein sanfter Riese“, erzählt sie beim Treffen auf der Judomatte in Fabjans Zentrum. Der 1958 geborene bullige und grimmig wirkende Mann war in drei Ländern nationaler Meister, vier Mal in Jugoslawien, zwei Mal in Österreich und einmal in Slowenien, bevor er in Celje als Trainer anfang und mit seinen Schützlingen sechs olympische Medaillen gewann. „Insgesamt wahrscheinlich 70 internationale Titel“, wie Trstenjak vermutet. Alles habe begonnen, als Fabjan 1990 die Judoabteilung „TVD Partizan 19. September - Ostrožno“ gründete, ohne festen Trainingsraum. „Marjan wollte aber schon immer sein eigenes Dojo haben.“ So heißt der Trainingsraum auf Japanisch. 1992 wurde dann der „Budokan Fabjan“ als Dojo in Lopata gebaut, wo Fabjan geboren wurde und heute noch lebt. Trstenjak schwärmt: „Es ist eigentlich ein Tempel für Weltklasse-Judokas.“ Mit dem Umzug in die Budokan Fabjan sei dann auch der Name des Vereins zu Judo Klub Sankaku geändert worden, was auf Japanisch Dreieck bedeute, und für die kleinen Ortschaften in der Region Celje stehe, an denen Fabjan als Judo-Trainer angefangen habe: Griže, Kristan vrh und Galicija. Dabei hat „Fabjan aber eigentlich Goldschmied gelernt“, sagt Trstenjak. „Doch als Judotrainer ist er zu einem Goldschmied für junge Menschen aus Celje und der Region geworden“. „Obwohl du, wie die anderen, gar kein Talent hattest“, bemerkt Fabjan im Vorübergehen lachend, „ich hätte nie gedacht, dass du mal Erfolg haben würdest!“ Judo sei harte Arbeit und eine Lebenseinstellung, betont er. „Dabei muss man die jungen Menschen begleiten und anleiten.“

2004 ging die Erfolgsgeschichte so richtig los, als Urška Žolnir aus Fabjans Sankaku Team mit Bronze die erste slowenische Olympiamedaille im Judo gewann. Seither bringt Fabjan immer etwas von den Veranstaltungsorten mit. Damit richtete er 2004 in seinem Judozentrum ein Sportmuseum ein. 2008 folgten aus Peking zwei Terrakotta-Krieger, die jetzt vor dem Eingang zu seinem Büro stehen. Und so kam auch der rote Doppeldecker, Baujahr 1963, nach Lopata. „Denn bei den Olympischen Spielen in London gewann Žolnir nicht nur die erste Goldmedaille im Judo für Slowenien, sondern die erste Goldmedaille für eine Frau aus Slowenien überhaupt“, berichtet Fabjan stolz. „Da habe ich auch gleich noch einen Flipper-Automaten mitgebracht.“ Bei den Spielen in London begann auch Trstenjaks Karriere . „Ich erlebte den Sieg von Urška in meiner Gewichtsklasse bis 63 Kilogramm. Bei der Siegerehrung war mir klar: Auf das Treppchen will ich auch. Und zwar bis ganz oben.“ Von Anfang an hatte sie Fabjan mit ihrer enormen Willenskraft beeindruckt. „Tina hat einen ruhigen, ausgeglichenen Charakter und weiß genau, was sie will. Und darauf fokussiert sie dann zu hundert Prozent“, sagt er.

Als Kind habe immer nur Sport im Kopf gehabt alles ausprobiert, auch schwimmen und tanzen. „Meine Mutter hatte eine Regel: Ich konnte mir jede Sportart aussuchen, aber ich musste sie ein Schuljahr lang ausüben. Auch wenn ich den Sport, den ich gewählt hatte, nicht mochte.“ Mit acht Jahren habe sie dann mit Judo angefangen, das habe Ordnung und Disziplin in ihr Leben gebracht. Die neun Jahre ältere Urška Žolnir sei dabei sehr wichtig gewesen. „Man lernt Judo, indem man diesen Kampfsport betreibt. Und ich war Urškas Sparringspartnerin bei den Olympischen Spielen in London, als ich noch nicht auf ihrem Niveau gewesen bin. Sie war die beste Lehrerin, die ich haben konnte.“ Die Schule selbst habe sie in dieser Zeit nicht interessiert. „Judo fand ich härter und herausfordernder als Schule; ich hatte keine Ahnung, wozu Schule gut sein sollte.. Jeden Morgen stand ich um 5 Uhr auf, ab 6 trainierte ich für ein biszwei Stunden, ging zur Schule, trainierte abends ab 19 Uhr nochmals für zwei weitere Stunden. Das war von Januar bis

Dezember so. Hinzu kamen Wettbewerbe und Trainingslager. Nur manchmal war ein Sonntag frei.“ Obwohl sie keine Diät haben halten müssen, um ihr Kampfgewicht nicht zu überschreiten, sei ihre gesamte Karriere eine Zeit von großer Disziplin und Verzicht gewesen. „Ich bin Perfektionistin. Und ich wollte die Beste sein. Deshalb habe ich mich nur auf mich konzentriert, alle Kraft und Aufmerksamkeit dem Sport gegeben.“ Mit dem Erfolg sei dann auch der Druck immer größer geworden, von der Öffentlichkeit, den Medien, dem Trainer. „Auch von meinen Eltern“, sagt sie. „Ich habe das gespürt. Erst nachdem ich die olympische Goldmedaille in Rio gewonnen hatte, sagten sie, dass sie gar nicht wollten, dass ich Judo trainiere und sie mir keinen Judogi kaufen wollten. Ich hätte sogar vor dem Ende eines Schuljahres mit dem Training aufhören dürfen. Aber später hat es ihnen sicher gefallen, dass ich beim Judo geblieben bin.“ Trstenjak sieht sich als ein Beispiel dafür, warum Slowenien als kleines Land so große sportliche Erfolge feiern kann. „Wir sind es gewohnt, hart zu arbeiten.“ Dabei hat sie sich auch nicht von Misserfolgen ablenken lassen. „Ich weiß nicht warum, aber in Deutschland hatte ich meine schlechtesten Resultate. Und gegen die Japanerin Miku Tashiro habe ich in elf Begegnungen elf Mal verloren“, meint sie lachend.

Bei all ihrem Erfolg ist Trstenjak auf der Matte geblieben. Ja, es gebe Menschen, die sie in Celje kennen und erkennen würden, sagt die zierlich wirkende, dezent geschminkte junge Frau, „aber ich mag es nicht, im Mittelpunkt zu stehen, und ich habe kein Problem damit, dass mich die Leute manchmal nicht erkennen.“ Bei den Olympischen Spielen 2024 in Paris hat mit Andreja Leški wieder eine Judoka aus Slowenien die Goldmedaille in der Klasse bis 63 Kilogramm gewonnen. Leški kommt aus Koper. „Doch ohne Marjan Fabjan in Lopata wäre Judo nie die erfolgreichste olympische Disziplin Sloweniens bei Sommerspielen geworden“, sagt Trstenjak. Fabjan arbeitet heute mit einer neuen Generation von Judoka, denn Trstenjak ist vom aktiven Judo-Sport zurückgetreten. „Das Kapitel ist abgeschlossen“, sagt sie, „ein für alle Mal. Ich hatte das Glück, nie in meiner Karriere ernsthaft verletzt gewesen zu sein. Sport betreibe ich nur noch, um physisch und mental fit zu bleiben.“ Jetzt habe sie Zeit für sich selbst, für Bücher, Reisen, Freunde. Sie wünsche sich eine Familie und ein möglichst ruhiges, entspanntes Leben. „Aber alles, was ich heute bin, bin ich durch Judo geworden.“ Deshalb ist sie weiterhin im Judoport aktiv. Sie unterrichtet heute selbst an der Akademie der „International Judo Federation“ (IJF), und arbeitet zum Beispiel für die IJF bei Wettkämpfen als Kampfrichterbetreuerin. Doch zum Interview im Judozentrum von Marjan Fabjan hat sie nochmal ihren Kimono angezogen und ihre beiden Olympia-Medaillen mitgebracht: Gold und Silber. Beide hat sie im Finale gegen die Französin Clarisse Agbegnenou gewonnen. Fotos ihres gemeinsamen Jubels gingen um die Welt. „Ich denke, unsere beiden olympischen Finals in Rio und Tokio haben deutlich gemacht, dass Judo vor allem eine Philosophie ist – ein Sport, der auf Fairness und Respekt aufbaut. Aber Judo ist mehr als nur ein Sport; es ist eine Lebenseinstellung. Es lehrt Disziplin, Widerstandsfähigkeit und Demut und formt nicht nur Champions auf der Matte, sondern auch starke und respektvolle Menschen darüber hinaus.“

Zoja Štancar, Anja Oblak

Institut Discimus Lab Tržec

Redaktionelle Unterstützung/Fotos: Gerald und Monica Hühner

Alle im Text zitierten Personen haben einer Weiterleitung zu einem möglichen Abdruck in der FAZ schriftlich zugestimmt.

Quellen:

Tina Trstenjak: https://de.wikipedia.org/wiki/Tina_Trstenjak

Tina Trstenjak und Clarisse Agbegnenou:

<https://www.olympics.com/en/video/clarisse-agbegnenou-tokyo-tina-trstenjak>

Marjan Fabjan: https://sl.wikipedia.org/wiki/Marjan_Fabjan;

<https://www.ijf.org/news/show/ten-things-about-marjan-fabjan>

