

Im Portrait

Daniel Mannweiler, Polizeisportler des Jahres

Am 14. April 2015 wurde Daniel Mannweiler durch das Deutsche Polizeisportkuratorium und den Vorsitzenden der Innenministerkonferenz in Mainz zum Polizeisportler des Jahres (ohne Sportförderung) gewählt.



Mannweiler wuchs in der Pfalz auf und besuchte das Heinrich-Heine-Sportgymnasium in Kaiserslautern. Nach dem Abitur begann er 2000 das Fachhochschulstudium beim BKA Wiesbaden. Die Ausbildungsabschnitte waren über Deutschland verteilt. Seit 2003 ist seine Stammdienststelle das BKA Meckenheim bei Bonn. Dort war Mannweiler bereits in verschiedenen Abteilungen tätig, aktuell in einem Referat der Zentralstellenaufgaben des BKA. Mannweiler schätzt seinen Dienst und sieht sich selbst als Polizist, der gerne Sport treibt und das mit Erfolg. Oft verfolgen seine Kollegen die Wettkämpfe und fiebern mit. Besonders freut sich Mannweiler, wenn er Andere zum Sporttreiben inspirieren kann.

Der Sportler

Daniel Mannweiler betreibt Spitzensport im Triathlon (Schwimmen-Radfahren-Laufen) und Duathlon (Laufen-Radfahren-Laufen). 2014 errang Mannweiler nebenberuflich folgende Erfolge:

Duathlon-Europameister in den Niederlanden: zum drittenmal in Folge. Das gab es bisher noch nie. Platz 2 bei der **Cross-Triathlon-Meisterschaft Südafrika** und **Qualifikation** für die Cross-Triathlon-Weltmeisterschaft auf Maui.

Qualifikation im Rahmen der **Ironman-Europameisterschaft** in Frankfurt für die Ironman-Weltmeisterschaft Hawaii. Dies bedeutete den **5. Start** bei der legendären **WM auf Hawaii**. Bestzeit 9:05 h.

Double-Weltmeister aus der Kombination der beiden Weltmeisterschaften im Pazifik/Hawaii, die im Oktober im Abstand von zwei Wochen ausgetragen werden.

2013 wurde Mannweiler in Frankreich bereits **Vize-Weltmeister** über die Triathlon-Langdistanz.¹

DEUTSCHES POLIZEISPORTKURATORIUM (DPSK)

Seit mehr als 60 Jahren gibt es das Deutsche Polizeisportkuratorium. Es wurde am 3. November 1949 gegründet und verdankt seine Existenz dem föderalen Aufbau der Bundesrepublik Deutschland.

Die Vereinbarung des Bundesministers des Innern sowie der für die Polizei zuständigen Minister und Senatoren der Länder über den Aufbau und die Aufgaben des Deutschen Polizeisportkuratoriums beinhaltet u.a.:

Beratung des Bundes/der Länder zur Durchführung des Dienstsports in der Polizei

Planung, Vergabe und Überwachung von Deutschen Polizeimeisterschaften (DPM) und Ausrichtung internationaler Wettkämpfe der Polizei

Vorbereitung und Regelung von Grundsatzangelegenheiten wie z. B. Wettkampfordnungen und Leitfäden zur Durchführung des Dienstsports in der Polizei

Auswahl, Entsendung und Betreuung der Teilnehmer an Europäischen Polizeimeisterschaften und internationalen Wettkämpfen der Polizei

Weiterentwicklung des Sports in der Polizei

Das Training

Triathlon und Duathlon sind faire Sportarten. Wer fleißig und gut trainiert, ist weit vorne dabei. Wer weniger Aufwand betreibt, wird Mühe haben, im Wettkampf um die vorderen Plätze mitzuhalten. Das Training für diesen Ausdauersport-Mehrkampf ist sehr zeitaufwendig. Mannweiler trainiert zusammen mit Spezialisten, den Leichtathleten auf der Laufbahn und den Schwimmern im Becken. „Es zahlt sich aus, von den Spezialisten zu lernen“, so Mannweiler, „eine polizeiliche Sportförderung im Triathlon wurde leider abgelehnt.“ Mit Ausnahme des Dienstsportes findet das Training vor und nach der Arbeit statt, zum Beispiel als Lauftraining zur Dienststelle und später wieder zurück. So sind zwei Einheiten bereits absolviert und es bleibt abends noch Zeit für das Schwimmtraining. Am Wochenende werden die langen Radeinheiten mit Heimatbesuchen in der Pfalz von Bonn aus verbunden. „Die Familie freut sich, und es steht immer ein großer Teller Essen auf dem Tisch. Das Verständnis der Eltern wird aber herausgefordert, wenn direkt nach 180-200 Kilometern auf dem Rad noch ein Anschlusslauf auf dem Trainingsplan steht und erst danach gegessen wird.“ Insgesamt stellt nebenberuflicher Ausdauersport große Ansprüche an die Disziplin und Organisationsfähigkeit des Sportlers (und seiner Angehörigen).

Mannweiler nimmt an unterschiedlichen Wettkampfformaten teil. Das beginnt bei Bundesligarennen für den Polizeisportverein Bonn mit Sprint-Distanzen von 750 m Schwimmen, 20 km Radfahren und 5 km Laufen bis hin zum Ironman mit 3,8 km Schwimmen, 180 km Radfahren und 42,2 km Laufen. In den letzten Jahren lag die Spezialisierung auf der Langstrecke, aktuell mehr auf Cross Rennen. In diesem Jahr wurde Mannweiler bereits Deutscher Meister im Cross Duathlon (Crosslauf, MTB-Fahren und Crosslauf). Dabei wird das Triathlon-Zeitfahrrad gegen ein leichtes Mountainbike getauscht und, glatte Asphaltstrecken durch tiefe, matschige Strecken im Gelände ersetzt.

Die sehr unterschiedlichen Wettkampfformate erfordern ein angepasstes und individuelles Training. Für Cross-Triathlons bedeutet das zahlreiche kürzere, aber umso intensivere Belastungen am Berg sowie körperlich erholende, aber kognitiv und technisch anspruchsvolle Abfahrten.



Foto: Mannweiler

Der Ehemann

Eine Besonderheit im Hause Mannweiler ist, dass auch Ehefrau Kathrin den gleichen Sport betreibt. Kathrin ist professionell im Sport unterwegs. Beide Ehepartner gewannen zusammen die Duathlon Europameisterschaft 2014, was auch der internationalen Fachpresse auffiel und die Frage aufkam, ob alle Duathleten in Deutschland „Mannweiler“ heißen.

Auch bei der letzten Weltmeisterschaft auf Hawaii sind beide angetreten. „Es ist schon etwas außergewöhnliches, wenn sich ein Ehepaar zusammen für Hawaii qualifiziert, und wir sehen das als ein besonderes Geschenk.“ Mannweilers waren 2014 schon

zum zweiten Mal gemeinsam auf der Pazifikinsel am Start. Sie sind eines der schnellsten Ehepaare der Welt. „Der Triathlon-Sport ist sehr zeitaufwendig und leicht können Ehen darunter leiden. Viele beginnen mit dem Sport, wenn eine Beziehung zu Bruch gegangen ist. Wir sind überaus dankbar, den Sport gemeinsam betreiben zu dürfen. Für Menschen außerhalb des Leistungssports ist es häufig schwer nachvollziehbar, welche Entbehrungen Spitzensportler ‚freiwillig‘ auf sich nehmen. Auch der Druck unter dem Leistungssportler stehen können, ist für Außenstehende vielfach nicht spürbar. Es ist ein großer Vorteil, wenn nicht sogar Voraussetzung für Leistungssport, dass der Partner zumindest das Verständnis dafür mitbringt.“ Kathrin und Daniel Mannweiler streben danach, so oft wie möglich Zeit im Triathlon gemeinsam zu verbringen, bei den gleichen Wettkämpfen zu starten und gemeinsame Trainingszeiten zu absolvieren. Ihre Ehe ist für die Mannweilers ein wichtiges Gut. „Einmal im Jahr versuchen wir ein Eheseminar zu besuchen. Als wir zum ersten Mal an einem Wochenendseminar teilgenommen haben und ich mit Kollegen darüber sprach, war die verwunderte Reaktion: ‚Oh, ist es schon so weit bei euch?‘ Aus unserer eigenen Erfahrung können wir solche Seminare nur empfehlen, sie sind eine stets lohnende Investition und wir haben jedes Mal etwas dazugelernt. Dabei bevorzugen wir christliche Anbieter, die hochwertige Arbeit machen.“ Ehe und Familie ist die Zelle gesellschaftlichen Zusammenlebens. 80% aller Vergewaltigter (außerhalb von Beziehungstaten), 85% aller verhaltensauffälligen Kinder und 90% aller obdachlosen Kinder stammen aus einem Haushalt ohne Vater.²

SRS e.V. ist eine der führenden christlichen Sportorganisationen in Deutschland und wurde 1971 unter dem Namen „Sportler ruft Sportler“ von Helfried Riecker gegründet. Seit 1987 ist SRS ein eigenständiger eingetragener Verein, der im Sportbund Rheinland organisiert ist. Unter dem Motto „Im Sport. Für Menschen. Mit Gott.“ Setzt sich SRS uns auf nationaler und internationaler Ebene dafür ein, dass Menschen aller Bereiche im und durch Sport diakonisch gefördert, begleitet und betreut werden. Diese satzungsgemäße Aufgabe wird vom örtlichen Sporttreff bis hin zu den olympischen Spielen wahrgenommen. Auch Sportler die sich in scheinbar ausweglosen Situationen und Lebensfragen befinden, können sich an SRS wenden. SRS e.V. ist ein gemeinnütziger Verein. Die Arbeit wird von Spendern und Sponsoren getragen. www.srsonline.de

Werteorientiertes Training

Studien belegen, dass die meisten Breitensportler im Grundlagentempo zu schnell trainieren. Als Grundregel gilt, wer dabei noch reden kann, der hat das richtige Tempo gefunden.³

Neu im Ausdauersport ist wertorientiertes Training. „Bislang trainieren Triathleten im Leistungssport mehrheitlich strikt nach Trainingsplan und daher oft alleine. So wird die physische Komponente gut bedient. Dabei tut es jedem gut, die langen Trainingseinheiten mit einem Freund zu bestreiten. Auch der ‚innere Schweinehund‘ lässt sich bei schlechtem Wetter und frühmorgens vor der Arbeit leichter besiegen, wenn ein Sportkamerad auf einen wartet. Außerdem gibt es emotionale Athleten, die – selbst wenn der physische Part des Trainingsplans zu 100 Prozent erfüllt wird –, auf Dauer schlechtere Leistung erbringen, wenn sie immer alleine trainieren. Hinzu kommt, dass die Psyche gerade im Wettkampf eine entscheidende Rolle spielt, im Training aber üblicherweise kaum berücksichtigt wird“, erklärt Daniel Mannweiler. Trainingseinheiten können auch bei Leistungsunterschieden oder unterschiedlichen Saisonzielen zumindest teilweise miteinander verbunden werden. Auch eine gesunde Gruppendynamik kann helfen, das gewöhnliche Alltags-Wohlfühl-Trainingstempo zu variieren. Mannweiler trainiert mit Spezialisten in den Einzeldisziplinen, Vereins-, Arbeitskollegen, Freunden und so oft wie möglich mit der Ehefrau.



Fotos: Mannweiler

Nachhaltige Lebensgestaltung & Soziale Einsätze

Die Mannweilers sind als Christen im Sport unterwegs: „Es wäre schade, wenn wir unsere Begabung im Sport nicht sinnvoll einsetzen würden.“ Sie organisieren internationale Sportcamps für SRS e.V.

In den Camps verbinden sie Urlaubserlebnis und Training mit wertvollen Impulsen für das Leben. In Südafrika wird den Teilnehmern neben sportlichem Erleben von Natur und Tierwelt auch ein Einblick in das Leben der einheimischen Bevölkerung ermöglicht.

„In Deutschland aufzuwachsen bringt auch eine gewisse Verantwortung mit sich, Menschen zu unterstützen, die schlechtere Voraussetzungen haben. Es ist uns wichtig, nicht nur die Schönheit eines Landes zu genießen und rechtzeitig wieder abzureisen, bevor einem die Probleme zu nahe kommen. Jeder kann da, wo er ist, einen Beitrag zum Gemeinwohl leisten und in die Zukunft anderer Menschen investieren“, so Mannweiler.

Wenn die Mannweilers zu Training oder Wettkampfreisen im Ausland sind, verbinden sie das mit sozialen Einsätzen. Manchmal werden sie von Schulen eingeladen, über Werte im Sport und im Alltag zu referieren. In Südafrika setzen sie sich bei Sportprojekten für Kinder aus den Townships mit ein. Vielen benachteiligten Kindern werden durch den Sport gleichzeitig nachhaltige Werte vermittelt. Daniel Mannweiler: „Wir finden es richtig, den Menschen auch in ihrem Heimatland zu helfen. Eine langfristige Veränderung kann entstehen, wenn in Kinder investiert wird und diese, ganz natürlich, die vermittelten Werte leben und weitergeben. Sport ist eine der Weltsprachen und damit eine Brücke zur Veränderung.“

„Sport has the power to change the world. It has the power to inspire, it has the power to unite people in a way that little else does. It speaks to youth in a language they understand. Sport can create hope, where once there was only despair. It is more powerful than governments in breaking down racial barriers. It laughs in the face of all types of discrimination.“ Nelson Mandela⁴

Anmerkungen

1. mannweiler-triathlon.de [Stand: 01.09.2015]
2. Carstens, Cassie (2014): The world needs a father, S. 6, 10 ff.
3. <http://www.tri-team-gtv.de/seiten/trainingsbereiche.htm> [Stand: 01.09.2015]
4. Nelson Mandela, Laureus World Sports Awards (2000), http://db.nelsonmandela.org/speeches/pub_view.asp?pg=item&itemID=NMS1148&txtstr=Laureus [Stand: 01.09.2015]