

Auf seinem Gartentisch liegt eine Kopie eines Mannschaftsbilds der Rottenburger Volleyballer. Es ist aus der Zweitliga-Saison 2003/2004 – die erste Saison von PD Dr. med. Maik Schwitalle als Teamarzt des TV Rottenburg. Seither ging es für den TVR rauf in die 1. Bundesliga, dann wieder runter in die 2. Bundesliga, dann wieder rauf, dann freiwillig runter in die dritte Liga und wieder hoch in die 2. Bundesliga. Es kamen und gingen wenige Trainer, aber viele Spieler. Einer ist allerdings immer geblieben: Maik Schwitalle, der aus Sachsen stammende 59-jährige Teamarzt.

Auf dem Mannschaftsbild unten rechts steht noch recht juvenil Hans Peter Müller-Angstenberger, der 17 Jahre lang die TVR-Volleyballer trainierte, von der Regionalliga bis in die 1. Bundesliga. „Mit ihm“, sagt Schwitalle und zeigt auf Müller-Angstenberger, „fing alles an.“ Schwitalle: „Hans ist zu uns in die Klinik gekommen. Ich kannte ihn damals noch nicht, und er hat gesagt: Du, wir sind jetzt aufgestiegen von der Regionalliga in die zweite Bundesliga, wir würden uns gerne anders aufstellen, auch medizinisch.“

Wie war Ihre Reaktion?
Natürlich positiv! So habe ich ihm berichtet, dass ich selbst aus dem Sport komme und Interesse hätte, eine Mannschaft sportmedizinisch zu betreuen. Damals waren wir neu hier im Ländle. So bin ich Anfang 2003 mit meiner Familie aus dem Rhein-Main-Gebiet nach Rottenburg gekommen. Mein erster Arbeitstag im Winghofer Medicum war der Rosenmontag 2003.

Was bedeutet, Sie kommen aus dem Sport?
Ich war an der Orthopädischen Universitätsklinik Mainz die letzten Jahre als Oberarzt tätig, hatte vorher bereits Sportvereine betreut und selbst Leistungssport betrieben. Mit Volleyball hatte ich bis dahin keine Berührungspunkte.

Trotzdem haben Sie zugesagt, bei den Rottenburger Volleyballern einzusteigen.
Hans hat mir das Projekt in der ihm eigenen Art vorgestellt und mich nachhaltig überzeugt.

Erinnern Sie sich noch an Ihren ersten Patienten aus dem Team?
Ich glaube, das war Stjepan Masic. Wenn ich mich recht erinnere, war es eine Verletzung am Sprunggelenk.

Hat Sie Volleyball gleich von Beginn an fasziniert und gepackt?
Ja, ich hatte von Anfang an das gute Gefühl, dabei zu sein. Recht schnell haben wir das medizinische Umfeld um das Team herum aufbauen können. Dazu gehören ja nicht nur Teamarzt und Physiotherapie, sondern auch Themen wie Verletzungs- und Überlastungsprophylaxe, Schwachstellenanalyse, Ernährung und Nahrungsergänzung, Leistungsdiagnostik und Doping – um nur einige zu nennen. Da Volleyball keine Kontaktsportart ist, stehen andere Verletzungen als beispielsweise im Fußball im Vordergrund. Eine der häufigsten Verletzungen ist die Sprunggelenksdistorsion mit Bandrupturen. So können beispielsweise bei einer Angriffs-Block-Aktion mehrere Paare Füße auf weniger als einem Quadratmeter am Netz landen. Dabei ist eine Umknickverletzung fast program-



„Das möchte ich nicht missen“

Interview Als Maik Schwitalle beim TV Rottenburg anfang, war der heutige Trainer Jan Scheuermann gerade fünf Jahre jung. Seit 22 Jahren ist der 59-jährige Facharzt für Orthopädie Teamarzt der TVR-Volleyballer. *Von Tobias Zug*

miert. Neben Stabilisationstraining waren ehemals Sprunggelenksorthesen für alle Spieler, vor allem in der ersten Bundesliga verpflichtend. Wir haben mit der Mannschaft sehr viele Orthesen getestet und uns gemeinsam für ein Modell entschieden.

Das ist heute nicht mehr Pflicht?
Nein. Mit Rückzug aus der ersten Bundesliga haben wir diese Verpflichtung wieder gelockert. Viele Spieler haben die Bandagen allerdings weiterhin getragen.

Warum ist es nicht mehr verpflichtend?
Heute setzen wir mehr denn je auf Stabilisationstraining aber auch auf Eigenverantwortung der Spieler. Ich bin allerdings weiterhin ein Verfechter dieses Hilfsmittels, zumal nicht jeder Spieler, der besonders anfällig ist, zum Training und Wettkampf ein Tape bekommen kann. So sieht man weiterhin eine Häufung von Umknickverletzungen mit Fortschreiten der Saison. In der Hinrunde sind solche Verletzung eher selten. In der Rückrunde steigt die Verletzungshäufigkeit meist immens.

Gab es in der Zeit, als alle Spieler Orthesen tragen mussten, weniger Verletzungen am Sprunggelenk?
Ja, wir hatten nicht nur weniger Verletzungen sondern vor allem weniger schwerwiegende Verletzungen. Mit Orthese oder Tape wird im Falle einer Umknickverletzung die einwirkende Kraft in den weniger anfälligen Mittelfuß fortgeleitet. Die Ausfallzeiten sind deutlich kürzer. Aber nochmal: eine Bandage ist

kein Allheilmittel. Entscheidend ist ein gut trainiertes und damit optimal vorbereitetes Sprunggelenk.

Zuletzt fielen beim TV Rottenburg die beiden Diagonalangreifer Niklas Lichtenauer und Jannik Lehmann immer wieder wegen Bänderverletzungen aus. Zufall oder sind die Hauptangreifer besonders anfällig für solche Verletzungen?
Eigentlich nicht. Außer dem Libero sind alle prädestiniert dafür, sowas zu erleiden.

Kamen die Liberos überhaupt mal zu Ihnen wegen Verletzungen?
Willy Belizer war in den ganzen fünfzehn Jahren, in denen er in Rottenburg gespielt hat, glaube ich, ein einziges Mal in unserer Praxis – und das nicht wegen einer Verletzung! Hannes Elsässer hatte immer mal wieder Überlastungen, aber keine relevanten Verletzungen

Und Mittelblocker?
Die Mittelblocker klagen vor allem über Kniegelenksprobleme. Hier sind immens viele Sprünge in jeder Trainings- und Wettkampfeinheit notwendig, die zu Überlastungen am Streckapparat des Kniegelenkes führen können. Auch hier ist zur Überlastungsprophylaxe spezielles Training unerlässlich! Eigentlich sollte man wenigstens vier Mittelblocker im Kader haben, um bei Überlastungen oder Verletzungen entsprechend reagieren zu können. Ansonsten ist die Belastung für den einzelnen Spieler selbst im Training sehr hoch.

Tauschen Sie sich regelmäßig aus mit den Trainern, Spielern und Physiotherapeuten?
Ja, das ist unerlässlich! Über alle möglichen Kanäle stehen wir in engem Austausch. Da sind ja so viele Themen, die es zu besprechen gibt, wie beispielsweise auch Ernährung oder Medikamentenkonsum. So haben die Spieler natürlich auch eine Vorbildfunktion, die sie im besten Falle auch leben sollten: In der Halle sind so viele Kinder und Jugendliche, die sich wiederum dies und das „abschauen“.

Mit allzu vielen Trainern hatten Sie in den 22 Jahren beim TV Rottenburg ja nicht gearbeitet: Hans Peter Müller-Angstenberger, Christophe Achten und jetzt Jan Scheuermann.
Nein, das sind tatsächlich nicht viele Trainer über diese Zeit; im Fußball undenkbar! Mit all den Genannten war stets eine vertrauensvolle Zusammenarbeit Augenhöhe möglich. Das schätze ich besonders!

Müller-Angstenberger war bei den Spielen in Ekstase, dirigierte die Fans, rannte aufs Feld, brüllte, jubelte – hat Sie das auch emotional mitgerissen?
Absolut. Hans hat man dann aber auch manchmal zur Seite genommen; als er sein Sakko von sich geschmissen und sich mit Stelian Moculescu angelegt hat, da haben wir versucht, ihn zu beruhigen. (Lacht) Wir haben ein sehr persönliches Verhältnis zueinander. Aber auch zu Christophe habe ich bis heute noch guten Kontakt. Viele Spieler von damals sind bis heute noch regelmäßig in unserer Praxis bei mir; auch von gegnerischen Mannschaften.

Mittendrin statt nur dabei: TVR-Teamarzt Maik Schwitalle, hier bei einem Erstligasieg 2016 im Jubelkreis mit dem damaligen Co-Trainer Karsten Haug (links) und Physiotherapeut Simon Presch (rechts).
Foto: Ulmer

Ach was?
Ja tatsächlich. Ab und zu bin ich mit verletzten Spielern nach dem Spiel direkt in unsere Klinik in Rottenburg gefahren und habe sie dort behandelt. So sind dann auch einige Spieler unserer „Gegner“ im Winghofer Medicum „hängen geblieben“. Letztendlich kommt von den Spielern immer viel zurück, an Dankbarkeit und Menschlichkeit. Das möchte ich nicht missen.

Sie wohnen nicht weit weg von der Volksbank-Arena. Freuen Sie sich deshalb, dass der TV Rottenburg nicht mehr in der Tübinger Paul-Horn-Arena spielt?
Ach was, das war auch cool da. Obwohl der Hallenboden in Tübingen ziemlich hart war, und wir doch einige Rückenprobleme mehr zu verzeichnen hatten. Aber jetzt mal ehrlich: Der Rottenburger Volleyball gehört doch auch nach Rottenburg – das passt gut so!

Sind Sie noch mit derselben Freude und Engagement dabei wie vor 22 Jahren?
Ja natürlich! Aber ich bin wirklich nur ein kleines Zahnrädchen im Gesamtkonzept. Freude bereitet mir sowohl das Team als auch das Team ums Team. Beide haben sich im Laufe der Jahre verändert, und man muss immer dran bleiben, wenn man sich weiterentwickeln möchte. Ein vertrauensvolles Verhältnis zu den Spielern liegt mir sehr am Herzen. So habe ich mich sehr über die Rückkehr von Milan Kvrzic gefreut, dem ich zum Abschied damals gesagt habe, dass man sich im Leben meist zweimal sieht. Milan ist ein junger Spieler, der für sein Alter in vielerlei Hinsicht sehr weit ist. Für ihn ist kaum etwas selbstverständlich.

Die Kommunikation hat sich mit der Digitalisierung sicher verändert.
Wenn früher beispielsweise unser Zuspäherer „Hugo“ Haug als Patient bei mir war, dann habe ich mich abends noch hingesetzt und eine Mail geschrieben an Hans, Co-Trainer Oli Heiming, den Physiotherapeuten und das Management. Wenn heute ein Spieler die Praxis verlässt mit irgendeinem Problem, dann spreche ich das auf das Handy in die WhatsApp-Gruppe – alles datenschutzrechtlich vorher geregelt – und alle wissen sofort, wer war da, was ist erlaubt und was nicht. Da gibt es keinerlei Missverständnisse. Früher konnte ein Spieler zum Trainer gehen und sagen: „Der Maik hat gesagt, ich bin eine Woche raus.“ Der Maik hat aber möglicherweise etwas ganz anderes gesagt, und der Physiotherapeut sagt wieder was anderes. Solche oder ähnliche Kommunikationsprobleme sind früher öfter vorgekommen. Jetzt gibt es keine Unstimmigkeiten mehr: Der Trainer weiß in der Regel, wenn der Spieler die Praxis verlässt, wie es für den Spieler gesundheitlich weitergeht und wie die Prognose ist. Und das ist gut so!

Wenn Spieler nach Verletzungen wieder spielen: Schauen Sie da manchmal sorgenvoller oder kritischer drauf?
Natürlich schaut man dann eine gewisse Zeit etwas genauer hin. Einerseits wollen wir unsere Spieler nur gesund wieder auf das Spielfeld schicken, und andererseits gibt es ja ein Leben nach dem Volleyball. Dieser Verantwortung muss man sich stets bewusst sein und dies auch ab und zu den Spielern kommunizieren. So sage ich manchmal zu ungeduldigen Spielern: „Hey, du möchtest doch später noch mit deinen Kindern im Garten kicken. Darum ist es wichtig, dass die Verletzung jetzt gut ausheilt.“

Auch Teamarzt beim FC Rottenburg

Seit 2003 arbeitet der Facharzt für Orthopädie Maik Schwitalle in Rottenburg, ist einer der Geschäftsführer und Leitenden Ärzte am Rottenburger Winghofer Medicum. Außer bei den Rottenburger Volleyballern ist Schwitalle auch Teamarzt der aktuell in der Verbandsliga spielenden Fußballer des FC Rottenburg. Promoviert hat Schwitalle an der Orthopädischen Universitätsklinik Leipzig und habilitierte 2001 an der Orthopädischen Universitätsklinik in Mainz.



Maik Schwitalle (vorne, Mitte) im Dezember 2005 in der alten Hohenberghalle, als der TVR in der 2. Bundesliga den SVC Sonneberg besiegte. *Foto: Ulmer*



Der langjährige Trainer Hans Peter Müller-Angstenberger (rechts) und Maik Schwitalle 2010 in der 1. Bundesliga. *Foto: Ulmer*