Nach getaner Arbeit entspannt sich Fabian Neumann am liebsten beim Tennistraining mit guten Freunden.

DER **UMSTEIGER**

Fabian Neumann war erfolgreicher Leistungssportler, hatte einen guten Job. Doch er warf seine Lebensplanung hin, um sich einen Traum zu erfüllen: Seine Erfahrungen und Erkenntnisse aus dem Sport nutzen und als Business- und Lifecoach Menschen erfolgreicher und gelassener machen

TEXT MARTINA GOY

Selbstbewusst zu sein hat er schon früh auf dem Tennisplatz gelernt. Also bewarb sich Fabian Neumann, 32, vor anderthalb Jahren initiativ als Mentalcoach für die E-Sportabteilung des Hamburger Fußballclubs HSV. Seine Erfahrungen als Leistungssportler sowie später als Trainer waren ein gutes Entreé. Man wurde sich nach dem Vorstellungsgespreäch einig und seither arbeitet der hauptsächlich als Business- und Lifecoach tätige Neumann mit einem jungen Team, das mit dem Erreichen der Play-offs 2022 die bislang beste Saison gelang.

„Anfangs war das Hineinversetzen in die Denk- und Funktionsweise dieses Sports eine Herausforderung", erzählt er. Selbst daddelt er gelegentlich aus Spaß mit Freunden FIFA: „Mein Niveau ist eher durchschnittlich". Für die Arbeit mit den 17- bis 25-jährigen Spielern war dies nicht wichtig. Es geht darum, ihnen zu helfen, bei Turnieren unter Druck nicht nur zu funktionieren, sondern individuell das Beste aus sich herauszuholen – so wie er es selbst auf dem Tennisplatz gelernt und gemacht hat. „Mental war und bin ich im Match stark", sagt Neumann, der mit der ersten Herrenmannschaft im Marienthaler Tennis- und Hockeyclub in der Nordliga spielt. „Viele glauben, dass sie es nicht können. Ich weiß aber, wie man es lernen kann. Dass ich selbst gespielt habe, ist essenziell für meine Arbeit, da ich diesen Druck auch durchlebt habe", sagt er.

Einzelgespräche verändern erfolgreich Denkmuster

Gefragt ist wie im Business auch im E-Sport das perfekte Mindset. Was kann ich tun, um den Job zu bekommen? Warum verliere ich, obwohl ich besser bin? Fragen wie diese hat er sich als Tennisspieler und später im Beruf auch gestellt und Antworten gefunden, um erfolgreich zu sein. Nun, als professioneller Coach, verändert er in Einzelgesprächen Denkmuster. Für ein zufriedeneres Lebensgefühl, aber eben auch für mehr Erfolg. „Wichtig ist es, Situationen anzunehmen und Lösungen zu finden", sagt Neumann, der auch als Dozent arbeitet. Eine Haltung, die im Beruf ebenso gilt wie im Sport. Den eRothosen vom HSV hilft er vor allem bei der Gratwanderung zwischen locker und dennoch fokussiert am Controller zu sein. „Das ist meine Hauptaufgabe", sagt Neumann, der in einer Gemeinschaftspraxis arbeitet. „Eine perfekte Umgebung, um ganzheitlich beraten zu können", sagt er.

Dass er mal als Coach arbeiten würde, war lange nicht absehbar. Als Tennisspieler war er so begabt, dass er in der Hamburger Rangliste ganz weit oben stand. „Ich wollte aber nie Profi werden", sagt Neumann. „Dazu hatte ich zu viele andere Interessen." Also begann er nach dem Abitur ein BWL-Studium, das er als Werkstudent und Tennistrainer finanzierte. „Studium, Job und abends Training geben – das war eine heftige Zeit", sagt er. Doch er zog es durch. Innerhalb der Regelstudienzeit hatte er den Abschluss als Bachelor in der Tasche sowie einen unbefristeten Arbeitsvertrag bei den Gebr. Heinemann, einem Hamburger Unternehmen, das vor allem Duty Free & Travel Value Shops an Flughäfen und auf Kreuzfahrtschiffen betrieb. Ein Job, der versprach, spannend zu werden,

Fabian Neumann: zuhören und erklären gehören zum Job eines Coaches dazu.

Fotos: Claudio Gärtner/Fabian Neumann

Mannschaft und gute Kumpel: das Herren 30-Team (Nordliga) des MTHC. Auch Fabian (2.v.r.oben) Neumanns Bruder Tobias (M. unten) spielt mit.

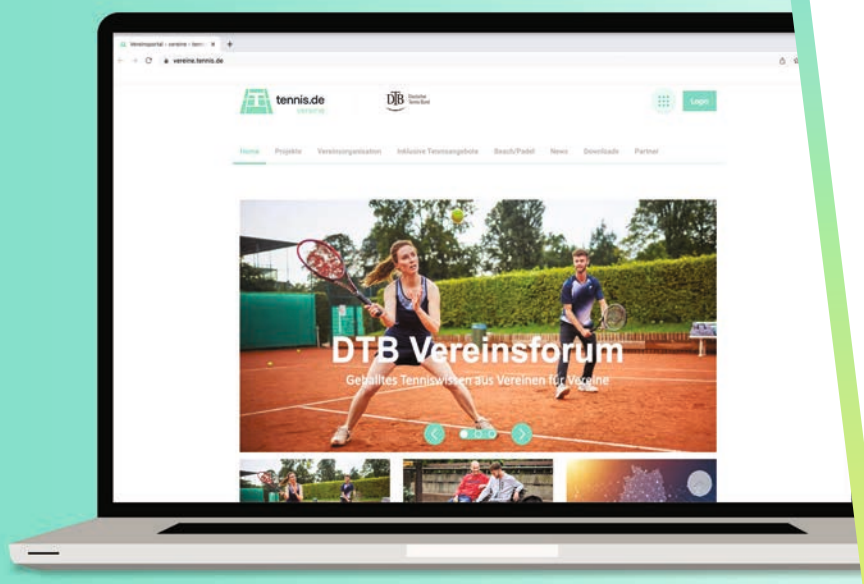
Foto: Fabian Neumann

und in der Freizeit konnte er Tennis in einer Mannschaft spielen. Alle Puzzleteilchen für ein zufriedenes Leben waren vorhanden.

Doch nach einer gewissen Zeit stellte er fest, dass diese Arbeit trotz Auslandsreisen und Erfolg nicht seine Berufung war. Zwar bekam er großen Support vom Unternehmen und auch das Gehalt stimmte, aber er spürte, dass ihm dies nicht ausreichend Lebenszufriedenheit brachte. Er wollte weitergeben, was er in seinem Sport, und später im Beruf gelernt hatte: selbst bestimmt Impulse setzen, eine Vision haben und realisieren, mit Menschen intensiv arbeiten. „Ich erkannte, dass das, was ich machte, nicht meine Leidenschaft war. Für mich war klar, dass es für mich nur Sinn macht, etwas mit 100 Prozent Leidenschaft zu tun."

Da er sich nebenbei immer schon viel mit Psychologie beschäftigt hatte, lagen die verschiedenen Ausbildungen zum Coach nahe. Eine kostenintensive aber auch lehrreiche Zeit. „Ich möchte Menschen glücklicher und zufrieden machen", sagt Fabian Neumann. Bei sich selbst hat er es zuerst geschafft. ■

vereine.
tennis.de



DIE NEUE WEBSEITE FÜR VEREINE

- Alle Downloads für deinen Verein
- Alle Vereinsprojekte auf einen Blick
- Alle Neuigkeiten

QR-Code scannen oder unter vereine.tennis.de

DTB Deutscher Tennis Bund

Universal Sport Center Court

www.universal-sport.com

40 JAHRE

Seit 40 Jahren auf den Courts der Welt zuhause

Die transportable Tennisnetzanlage Court Royal II Turnier – passend in jeder Location

Eingesetzt im Flugzeughanger beim offizielen ATP Tennis-Turnier in Berlin im Juli 2020 in einer außergewöhnlichen Location

Diese Tennisnetzanlage ist ein einzigartiges Produkt und unterscheidet sich zu den herkömmlichen Anlagen durch die einfache Umbaumöglichkeit vom Doppelspielfeldmaß auf das Einzelspielfeldmaß.

Neu in unserem Programm Anlagen, Ausstattung und Zubehör für die Trendsportarten Padel Tennis und Pickleball.

Alle Informationen finden Sie in unserem Web-Shop:
universal-sport.com

universal® sport

The Universe of Sports

www.universal-sport.com

info@universal-sport.com