

Olympia 2016 – da geht es lang!

Judoka Christophe Lambert will noch einmal zu den Spielen. Er kennt den steinigen Weg schon: Weltreisen, Trainingslager und die Suche nach Sponsoren.

Holle/Köln (pen). Er nimmt den steinigen Weg erneut in Kauf. Zwei lange Jahre Qualifikation stehen Christophe Lambert bevor, um sein Ziel zu erreichen: Im Sommer 2016 will der Judoka aus Holle an den Olympischen Spielen in Rio de Janeiro teilnehmen. Ende Mai fliegt er nach Kuba und San Salvador, um die ersten Qualifikationsturniere zu kämpfen.

Bekanntlich war Lambert schon einmal bei Olympia. Vor zwei Jahren in London. Gleich in der ersten Runde bekam er in der Gewichtsklasse bis 90 Kilogramm mit dem Aserbaidschaner Elkhan Mammadov einen äußerst unbequemen Gegner zugelost. Nur zum Einordnen: 2013 wurde Mammadov Weltmeister.

Lambert verlor gegen ihn und ärgerte sich: „Ich konnte in London nicht zeigen, was ich wirklich drauf habe. Deshalb muss ich 2016 noch mal zu den Spielen. Ich kann mehr.“

Davor steht aber die Qualifikation – zwei Jahre Punkte sammeln bei Grand Prix und Weltcup-Turnieren rund um den Globus, um am Ende zwei Voraussetzungen zu erfüllen: Zum einem muss er relativ weit vorn in der Weltrangliste landen, zum anderen darf kein anderer Deutscher vor ihm liegen.

Auf Bundesebene ist momentan Marc Odenthal (Mönchengladbach) Lamberts ärgster Konkurrent. Odenthal rangiert unter den Top 15 der Welt. „Es nützt aber nichts, jetzt Spitze zu sein. In zwei Jahren gilt es“, so Lambert. „Außerdem habe ich mehr Erfahrung als Marc. Das ist ein Vorteil.“

Christophe Lambert beginnt wieder bei null – ist ganz unten im Ranking. „Weil ich lange keine Turniere gekämpft habe.“ Der Holler, der in Köln studiert und trainiert, konzentrierte sich zuletzt auf sein Medizinstudium. Mittlerweile hat er das schriftliche Examen bestanden und tüftelt an seiner Doktorarbeit. Thema: Verletzungen beim Judo. Auch dieses Werk ist beinahe vollbracht.

Ein großer Vorteil. Während seiner vergangenen Qualifikationsphase plagte ihn

oft das schlechte Gewissen: „Ich hatte während des Trainings und der Turniere immer das Gefühl, dass ich eigentlich mehr für die Uni lernen sollte.“

Dieser Druck ist jetzt weg. Lambert muss zwar noch seine Anerkennungszeit im Krankenhaus absolvieren – allerdings unterstützt ihn der Arbeitgeber in Sachen Sport. Seine betreuenden Ärzte in der Kölner Klinik Mehrheim sind ehemalige Judoka. Sie haben Verständnis. Außerdem wird er eine Weile als Mediziner am Olympiastützpunkt in Montreal (Kanada) verbringen. „Auch da liegt der Fokus dann mehr auf meinem Training.“

Der 28-Jährige wird wieder herkommen in der Welt. Einen Teil der Qualifikationsturniere finanziert der Deutsche Judo-Bund. Bundestrainer Detlef Ultsch hat schon durchblicken lassen, dass er Lambert zu möglichst vielen Einsätzen mitnehmen will. Für weitere Wettkämpfe in Europa und Übersee muss Lambert selbst

aufkommen – Flüge und Hotels kosten einiges. Rund 20 000 Euro braucht er dafür in den nächsten beiden Jahren.

Vor den Spielen in London 2012 hatte Lambert in Hildesheim Gönner gefunden. „Ohne den Verein Olympia 2004, die Sparkasse, das Hildesheimer Augenzentrum und weitere private Geldgeber hätte ich das damals nie geschafft“, sagt er. Einige Sponsoren haben bereits wieder ihre Unterstützung signalisiert.

Trainiert wird Christophe Lambert weiterhin von seinem jüngeren Bruder Maxime – auch ein Judoka, der allerdings wegen Verletzungen seine Karriere beenden musste. „Er kennt mich am besten, wir sind ein eingespieltes Team.“ Daneben hat sich Lambert den Physiotherapeuten Jonas Focke ins Boot geholt. Der kommt ebenfalls aus dem Judo und kümmert sich um das Krafttraining.

Wichtig sei, dass er gesund bleibe, und dass „die Gelenke halten“, hofft Lambert.

Immer wieder hatte er Probleme – seine neuralgischen Punkte sind die Schulter und das Knie.

Körperlich ist er diesmal besser gewappnet. Lambert hat Muskelmasse aufgebaut und wiegt um die 90 Kilo. Das Gewicht war lange seine Achillesferse. Er konnte trainieren und essen, was er wollte – und kam trotzdem selten auf mehr als 85 Kilogramm. So musste Lambert ständig gegen schwerere Gegner antreten. Nicht leicht für einen Judoka.

Der Plan für die nächsten Wochen steht. Zunächst startet Lambert am 10. Mai mit seinem Heimatverein Judo in Holle in die neue Zweitligasaison, dann geht es Ende Mai nach Kuba und San Salvador.

„San Salvador ist auch kein Spaß“, meint Lambert. Beim letzten Weltcup dort schloss er sich drei Tage im Hotelzimmer ein und kam nur zu den Kämpfen heraus. „Das ist ein kriminelles Pflaster, da bleibt man lieber im Hotel.“



Christophe Lambert (links) will es wieder wissen: Auf dem Olympia-Weg soll ihn erneut sein Bruder Maxime (rechts) begleiten.

Foto: Kreikenbom



Christophe Lambert vor der Uni in Köln: Der Studien-Druck ist er los – das schriftliche Examen hat er bestanden. Foto: Hemper