

Mit 80 Jahren noch fit wie ein Turnschuh

Der Geraer Turner Michael Götz lässt am Barren nochmals die Muskeln spielen und verrät, wie er dem Sport treu bleibt

Jens Lohse

Gera. Bescheidenheit gehört zu den Eigenschaften von Seniorenturner Michael Götz vom TSV 1880 Zwätzen. Ende Januar feierte er seinen 80. Geburtstag und war nie einer, der im Mittelpunkt stehen wollte. „Erst mit 17 Jahren habe ich in einer im Winter eiskalten Halle mit dem Turnen begonnen. Das ist eigentlich zu spät. Da wird man kein deutscher Meister mehr“, sagt der gebürtige Werdauer, dem es nicht in erster Linie darum ging, irgendwo auf dem Podest zu stehen oder Pokale und Medaillen einzuheimen.

1969 zog er nach Gera um, turnte in der Ostvorstädtischen Turnhalle für Modedruck Gera. Kreis- und Bezirksmeisterschaften waren jährliche Höhepunkte. Später wechselte man in die Nähe der Panndorfhalle. „Auch an die Städtewettkämpfe mit Pausa kann ich mich noch gut erinnern und natürlich an das Friedrich-Ludwig-Jahn-Turnfest in Freyburg“, verrät Michael Götz, der auch zweimal bei der großen Sportschau im Rahmen des Deutschen Turn- und Sportfests im Leipziger Zentralstadion auf dem Rasen stand. Mitte der 1990er Jahre half Michael Götz in der Landesliga aus, leistete so seinen Teil zum Zwätzener Landesmeistertitel 1998 vor dem TuS Jena II, als er gemeinsam mit Sohn Christoph in einer Riege stand.

Dem Altersklassen-Turnen blieb er auch im Seniorenalter treu. 2007 beim 2. Thüringer Turnfest in Gera belegte er in der M 60 Platz drei.

Fit wie ein Turnschuh: Der 80-jährige Michael Götz vom TSV 1880 Zwätzen zeigt am Barren, was er noch alles drauf hat.

JENS LOHSE



„Das Turnen hat mich jung und gesund erhalten. Die erlangte Körperbeherrschung nutzt auch im täglichen Leben. Noch heute sind mir Beweglichkeit, Ausdauer und Kraft sehr wichtig. Dafür tue ich natürlich auch viel“, erzählt Michael Götz, der kaum eine Trainingseinheit verpasst, lediglich Mittwoch manchmal fehlt, wenn er bei RB Leipzig auf der Tribüne sitzt. „Heute geht es beim Turnen aber bei weitem nicht

mehr nur um den Sport an sich. Die soziale Komponente wird immer wichtiger. Im Winter geht's gemeinsam zum Skifahren. Im Sommer steht jedes Jahr in Trainingslager an. Wir halten alle zusammen. Das ist in der großen Turner-Familie so üblich und hilft über schwierige Zeiten hinweg“, weiß Michael Götz, dessen ebenfalls turnbegeisterte Frau Petra schon vor gut zwölf Jahren verstarb.

Was er am Barren noch drauf hat, bewies der 80-Jährige beim Foto-Termin. Der normale Winkelstütz forderte ihn trotz angespannter Bauchmuskulatur eigentlich nicht. Als er sich dann aber aus dem Grätschsitz nach hinten heraushob, da staunten nicht nur seine Trainingskollegen, lastete doch nun sein ganzes Körpergewicht auf beiden Unterarmen. „Man muss im Alter bereit sein, einen Schritt zurück

zu machen und trotzdem dem Sport treu zubleiben“, verrät Michael Götz sein Erfolgsrezept. Der Dreikampf in der Altersklasse M 80 umfasst Boden, Tiefbarren und Tiefreck. „Das reicht vollkommen. Schließlich geht es nicht mehr um Höchstleistungen, sondern in erster Linie darum fit zu bleiben“, sagt er und steigt mit den anderen gemeinsam ins wöchentliche Training am Montagabend ein.