

## Tabea ALT, Ex-Nationalturnerin (Stuttgart)

### - STATEMENT

---

*„Du bist nicht das, was Dir angetan wurde. Die Narben des Lebens sind nicht Zeichen der Schwäche, sondern Zeichen unserer Stärke und der Fähigkeit, sich selbst nach einem Kampf wieder zu heilen.“*

Ich danke all den Frauen, die in der Vergangenheit den Mut und die Größe hatten, sich zu öffnen. Ich weiß zu gut, wie schwer das ist ... und ich möchte Euch sagen:

Ihr seid nicht alleine!

Lange Zeit habe ich gezögert, mich öffentlich über die Missstände in Stuttgart, aber auch im deutschen Frauenturnen generell, zu äußern. Der Gedanke, solche Themen besser intern anzusprechen, schien mir sicherer, da die Öffentlichkeit oft zu wenig Hintergrundwissen hat, um fair zu urteilen oder richtige Schlüsse zu ziehen. In anderen Fällen hat man ja leider schon gesehen, wie sehr dieses Thema in der Öffentlichkeit beurteilt und fehlinterpretiert werden kann.

Ich habe vor DREI Jahren einen ausführlichen Brief an meine Heimtrainer, die Bundestrainerin, den DTB-Präsidenten, den Teamarzt und an weitere Verantwortliche geschrieben. Darin habe ich die Missstände hier in Stuttgart und im deutschen Frauenturnen im Allgemeinen an meinem Beispiel klar benannt und bekannt gemacht. Noch mehr: ich habe explizite Lösungsvorschläge unterbreitet, wie ich mich in diesem Zusammenhang gerne einbringen möchte und was es aus meiner Sicht für Möglichkeiten gebe, diese Missstände zu lösen und die damals noch aktiven, jungen Talente vor den Fehlern, die bei mir gemacht wurden, zu SCHÜTZEN. Ich dachte, damit einen ersten Schritt für Veränderungen getan zu haben. **Ohne damit Menschen in der Öffentlichkeit bloßstellen zu müssen.** Denn das ist nicht meine Art und in meiner Sicht auch nach wie vor nicht der richtige Weg. Ich musste mit Bedauern feststellen, dass es erfolglos war und zu nichts geführt hat. Es wurde ignoriert oder einfach nicht ernst genommen. Demnach haben wir keine Alternative, um endlich gehört zu werden. Es geht um junge Menschen, es geht um deren Gesundheit und dass deren Karrieren nicht aufhören, bevor sie überhaupt angefangen haben. Des Weiteren geht es dabei um den Schutz der wohl schönsten Sportart der Welt - ohne dass auch in Zukunft Fehler und Missstände vertuscht und ignoriert werden.

Dieses System muss sich verändern, um sich weiterentwickeln zu können.

**All meine Bemühungen, Gespräche und Hilferufe** blieben nahezu ohne sichtbare Wirkung und ich fühlte mich allein, überfordert und wieder einmal wurde ich nicht ernst genommen. Zu sehen, dass sich bis heute nichts geändert hat und meine Worte ignoriert wurden, trifft mich hart. Doch jetzt ist der Moment gekommen, gemeinsam aufzustehen. Wir waren ein Team, wir sind ein Team, und zusammen können wir dafür sorgen, dass wir endlich gehört werden – für eine echte Veränderung!

**Leistungssport bedeutet**, sich jeden Tag neuen Herausforderungen zu stellen und über sich hinauszuwachsen. Das macht man mit Herzblut, weil dieser Sport und diese Träume alles sind, was man jemals wollte. Doch was ich und viele andere Turnerinnen erleben mussten, ging weit darüber hinaus: Heute weiß ich, es war systematischer körperlicher und mentaler Missbrauch. Wir wurden dazu erzogen, Schmerzen zu ignorieren, unsere eigenen Grenzen zu übergehen und zu glauben, dass unser Wert allein von unserer Leistung abhängt.

**In all diesen Jahren** hat man meine Gesundheit ganz GEZIELT und bewusst aufs Spiel gesetzt, in dem man ärztliche VORGABEN missachtete und mich selbst mit (mehreren) Knochen-FRAKTUREN turnen ließ und in den Wettkampf schickte. Ich war längst über meinen Grenzen und ich wurde nicht gehört, selbst die Hilferufe und Ängste meiner Eltern wurden ignoriert und missachtet. Es ist kein Einzelfall: Essstörungen, Straftraining, Schmerzmittel, Drohungen und Demütigungen waren an der Tagesordnung. Wir wurden von klein auf manipuliert, um somit kontrollierbar zu sein. Wir waren Spielbälle. Das Schlimmste aber war, dass man uns unser Vertrauen genommen und missbraucht hat – in uns selbst, in unsere Gesundheit und in die Menschen, die eigentlich für uns da sein sollten. Wo waren der Verband und die Trainer in Zeiten, in denen man sie gebraucht hätte? Denn im Erfolg glänzen kann jeder. Entscheidend ist, wer in Niederlagen und Rückschlägen zu einem hält.

**Meine Verletzungen haben gezeigt**, dass ich menschlich gesehen keine Bedeutung hatte. Manche Menschen waren ausschließlich an mir interessiert, solange ich erfolgreich war. In Phasen des Misserfolgs konnte man auf diese Menschen nicht zählen. Man wurde fallen gelassen, wurde on top noch beleidigt und gedemütigt und war auf sich alleine gestellt, um einen Weg zu finden, wieder zurückzukommen.

(Eltern-) Gespräche mit Trainern und Verantwortlichen führten zu nichts als LEEREN VERSPRECHUNGEN, während Fehler, Missachtung, Manipulationen und Verletzungen weitergingen. Uns wurde das Vertrauen genommen, auf unseren Körper zu hören und ihn zu respektieren. Wir wurden verheizt, bis nichts mehr von uns übrig war - außer Selbstzweifel und das Gefühl, nicht genug zu sein. Ich habe meine größte Leidenschaft, das Turnen, aufgeben müssen, um mich selbst zu schützen, weil ich körperlich und seelisch ausgebrannt war.

**Diese Erfahrungen hinterlassen tiefe Narben**, und der Schmerz und die Erkenntnis darüber, dass sich bis heute kaum etwas geändert hat, ist groß. Wir waren und sind keine Einzelfälle. Viele Turnerinnen teilen ähnliche Geschichten, und es gibt genug Beweise und Berichte, die die Missstände belegen. Kim hat sogar ein ganzes Buch geschrieben. Die Verantwortlichen hatten Jahre (wenn nicht sogar Jahrzehnte) Zeit, uns endlich zu hören, uns zu respektieren und ZU HANDELN. Es wird endlich Zeit, dieses fehlerhafte und gnadenlose System zu verändern. Ein System, das junge Talente verheizt und die mentale und körperliche Gesundheit junger Athletinnen gefährdet. **Es geht darum**, dass die Verantwortlichen in diesem System endlich Verantwortung übernehmen!!!

Es geht nicht um die einzelnen Menschen - denn auch die sind ja nur Spielbälle eines Systems - das alles Entscheidende ist, dass endlich die Aufmerksamkeit auf die Lücken und Fehler im System gerichtet wird.

Es geht darum, diesen wunderschönen Sport zu schützen und ein gesünderes und respektvolleres Umfeld zu schaffen - in dem ALLE auf Augenhöhe sind. Zum Schutz unseres Sports, zum Schutz dieser (meist minderjährigen) Athletinnen.

**Zu guter Letzt danke ich den Menschen**, die mich ermutigt und unterstützt haben, mich zu öffnen und die mir helfen, mein Vertrauen und mein Selbstbewusstsein wieder aufzubauen. Jetzt ist die Zeit für Veränderungen gekommen, denn es geht um das Wertvollste, das wir haben: die mentale und körperliche Gesundheit junger Menschen – sie darf niemals der Preis für sportlichen Erfolg sein!

\* Quelle: Tabea Alt; Facebook; 27. 12. 2024