Leverkusener Anzeiger

Schule statt Sporthalle: Handballerin Živilė Jurgutytė in der Thomas-Morus-Schule in Schlebusch.
Foto:
Ralf Krieger

Bayer 04: **Wie sich eine Bundesligistin auf das Leben nach der Profikarriere vorbereitet**

Von Agatha Mazur | 24.12.21 16:00

Leverkusen - Mit 34 ist man noch jung, möchte man meinen, doch im Profisport gelten andere Regeln. Nach zwei Kreuzbandrissen und verletzungsbedingten Pausen hat Handballerin Živilė Jurgutytė angefangen, sich Gedanken zu machen. Seit 2016 spielt die gebürtige Litauerin bei den Werkselfen von Bundesligist Bayer 04 und wohnt in Schlebusch.

„Da wurde mir bewusst, dass Leistungssport schnell vorbeisein kann“, erzählt sie. Noch trainiert sie täglich und absolviert am Wochenende Spiele, doch seit dem sucht sie ihren Plan B.

Die 34-jährige Handballerin Živilė Jurgutytė ist Profisportlerin – doch es gibt auch ein Leben nach der Sportkarriere.

Foto:
Jörg Dembinski

Aktuell arbeitet sie im Offenen Ganztag in der Thomas-Morus-Grundschule in Schlebusch als Betreuerin. „Das macht Spaß“, sagt sie lachend, „das hätte ich nicht gedacht“. Doch ihre Zukunft sieht sie nicht an einer Schule – stattdessen im Fitnessbereich. Seit Ende November ist sie zertifizierte Fitnesstrainerin. Sechs Monate hat die OTL-Fortbildung („Online Trainer Lizenz“ (https://www.online-trainer-lizenz.de/ueber-otl.html)) gedauert, mit der Akademie plant ihre Sport-Beratungsfirma eine Kooperation, um den Sportlerinnen und Sportlern die Ausbildung zu ermöglichen.

Für Živilė Jurgutytė waren die vielen Online-Lektionen perfekt, um das mit ihrem sportlichen Alltag in Einklang zu bringen. „Die Bücher waren gut geschrieben“, und auch verständlich für Nicht-Muttersprachler wie die 34-Jährige, „das hat gut geklappt“.

Dass sie später im Fitnessbereich arbeiten möchte, ist für die Handballerin klar. „Ich liebe Fitness, wenn wir zweimal die Woche Krafttraining machen, ist das mein Lieblingstraining“, sagt sie schmunzelnd. Vielleicht wird sie noch eine weitere Fortbildung zur Athletiktrainerin machen, erzählt sie, um auch mit Mannschaften trainieren zu können. Aber auch die Arbeit als Personal Trainerin oder in Fitnesstudios käme für sie in Frage. Ihre Teamkolleginnen der Werkselfen sind noch recht jung und damit nicht mit solchen Fragestellungen konfrontiert, „aber ich bin alt genug und irgendwann muss man sich vom Profisport verabschieden“. Noch will sie aber eine Zeit lang weitermachen.

Leben für den Leistungssport

Seit fünf Jahren wohnt Živilė Jurgutytė in Schlebusch und kann auf den Kölner Dom blicken: „Es ist wichtig, einen ruhigen Platz zu haben. Wenn du dich gut fühlst, bringst du auch gute Leistungen.“ Doch das klingt einfacher als es ist. Profi-Leistungssport ist „hart“. „Man muss mental stark sein, klar im Kopf, diszipliniert – und man muss auf viel verzichten.“ Einfach mit Freundinnen am Wochenende weggehen? Im Hinterkopf weiß man: Man darf nicht zu spät ins Bett, man muss fit bleiben. Familienbesuche? Geht nicht, selbst über Weihnachten wird manchmal gespielt. Doch es gibt natürlich auch positive Seiten. Mit 14 Jahren ging sie aufs Sportinternat. „Man wird früh selbstständig, man trifft Entscheidungen allein – Sport macht dich stärker.“ Und es macht viel Spaß. Sie hat Freunde in aller Welt gefunden und kam viel rum, Brasilien, Frankreich.

Über Weihnachten fliegt sie zu ihren Eltern nach Litauen, vor zehn Jahren hat sie das letzte Mal die Weihnachtsfeiertage dort verbracht. Doch schon nach wenigen Tagen muss sie zurückkommen, es geht direkt weiter.