

## Tabea Nika Mecklenburg



**Geburtstag:** 10. Februar 2006

**Beruf/Schule:** 11. Klasse

**Graduierung:** 2. Kyu

**Größe:** 160 cm

**Judoka seit:** 2013

**OSP-Trainer:** Frank Borkowski

**Vereinstrainer:** Axel Kirchner

**Verein:** Polizei SV Berlin

### **Sportliche Erfolge:**

#### **National:**

- 3. DEM Frauen 2023 in Stuttgart
- 1. DEM u18 in Leipzig 2023
- 2. DEM u21 in Frankfurt Oder 2022
- 1. DEM u18 in Leipzig 2022
- 3. DEM u18 in Leipzig 2021

#### **International**

- 3. Platz EYOF in Maribor 2023
- 1. Platz EC Cadets in Zagreb 2023
- 1. Platz EC Cadets in Gyor 2022
- 1. Platz EC Cadets in Koper 2022
- 3. Platz Europameisterschaften u18 in Porec 2022

Wie bist du zum Judo gekommen?

Ich war ein sehr aktives Kind, immer in Bewegung. Nachdem ich mich in einigen Sportarten, u.a. in der Luftakrobatik und im Fußball ausprobiert habe, bin ich beim Judo gelandet. Die Trainingsstätte war gut erreichbar und auch nach 10 Jahren habe ich immer noch große Lust auf und sehr viel Spaß mit Judo.

Du hast bis vor kurzen noch beim UJKC Potsdam trainiert. Was waren für Dich Beweggründe nach Berlin zu kommen?

Ich stamme eigentlich aus Dresden und bin vor zwei Jahren zum UJKC Potsdam gewechselt. Am Bundesstützpunkt in Berlin sehe ich sehr gute Bedingungen für meine weitere sportliche Entwicklung. Ich habe eine große Auswahl an Trainingspartnerinnen und auch die Rahmenbedingungen sind gut hier.

Ein weiterer Grund war der Weggang meines ehemaligen Trainers vom UJKC Potsdam.

Tägliches Training, Trainingscamps, Wettkämpfe – bestimmt haben auch Leistungssportler den sprichwörtlichen inneren Schweinehund – wie überlistest Du ihn?

Das passiert mir kaum aber wenn, dann motivieren mich die Trainingspartner um mich herum oder ich trainiere in diesem Fall Dinge, die mir besonders Spaß machen.

Wie schaffst Du es alles, wie Training, Trainingscamps, Wettkampf und Schule, zu meistern?

Es bedarf einer guten Organisation und eines guten Zeitmanagements. Wie schon in Potsdam, gibt es auch hier eine gute Abstimmung zwischen Schule und Training. Ohne dem wäre es nicht möglich, allen diesen Anforderungen gerecht zu werden.

Was sind Deine Stärken?

Eine meiner Stärken sehe ich in meiner guten Ausdauer. Die Wettkämpfe sind oft eng und gehen in die Verlängerung (Golden Score). Auch in solchen Situationen fühle ich mich immer noch gut und in der Lage, den Kampf für mich entscheiden zu können.

Gibt es etwas, was Dich an Dir stört?

Ich habe hohe Ansprüche an mich und bin manchmal zu perfektionistisch. Das trifft nicht nur auf den Sport zu. Wenn es dann nicht so funktioniert, macht es mir auch schon mal zu schaffen.

Was ist / sind Deine erfolgreichsten Wettkampftechniken?

Uchi-Mata

Du kannst mit siebzehn schon auf eine Reihe von Erfolgen auf nationalen und internationalen Meisterschaften verweisen. Dementsprechend groß sind da sicher auch die Erwartungen. Wie gehst du mit Leistungsdruck um?

Ich empfinde für mich keinen Leistungsdruck. Ich habe einfach Lust zu kämpfen und zu zeigen, was ich kann.

Gibt es etwas, was Dich als Sportlerin besonders bewegt hat?

Ein besonderes Erlebnis war für mich letztes Jahr der Kampf um die Bronzemedaille bei der Europameisterschaft. Ich habe mit Wazari geführt und das ganze Team hat die letzten 10 Sekunden heruntergezählt. Diese Unterstützung hat mich motiviert und daran denke ich gern zurück.

Was bedeutet Dir die Nominierung für die Weltmeisterschaften in Zagreb?

Ich habe mich sehr darüber gefreut. Neben dem Wechsel der Trainingsstätte und des Trainers habe ich auch die Gewichtsklasse gewechselt. Insofern ist meine Nominierung keine Selbstverständlichkeit, aber eine Bestätigung für das Training.

Welches Ziel hast Du Dir für die Weltmeisterschaften gestellt?

Natürlich möchte ich möglichst viele Kämpfe bestreiten. Aber auch hier mache ich mir keinen Druck. Mit dem Wechsel der Gewichtsklasse bin ich im Ranking nicht so gut platziert, aber ich habe trotzdem hohe Ziele und gebe wie immer mein Bestes, diese zu erreichen.

Welche andere Sportart reizt Dich?

Reizen würde mich eine weitere Kampfsportart: Brasilien Jiu Jitsu, da ich gern am Boden kämpfe.

Hast Du ein Vorbild?

Mit gefällt das Judo von Uta Abe aus Japan und Ilias Iliades aus Griechenland.

Was machst du in Deiner Freizeit?

Meine Freizeit nutze ich, um mich mit Freunden zu treffen bzw. am Wochenende meine Familie in Dresden zu besuchen.