



„Wer Fehler macht, verliert.“

Von Südamerika in die Hansestadt: Padel-Tennis-Training beim ATSV Habenhausen

Spannende Ballwechsel, dynamische Partien: Padel hat weltweit viele Anhänger:innen gefunden. Auch in Bremen und Umgebung gibt es mittlerweile einige Plätze. Doch wie wird es gespielt? Für wen ist es geeignet? Und woher kommt die Sportart? Wir unternahmen einen Selbstversuch beim ATSV Habenhausen.

Als wir auf dem Sportplatz des Allgemeinen Turn- und Sportvereins (ATSV) Habenhausen mit unseren Fahrern ankommen, begrüßt uns am grünen Spielfeldrand der 2. Vorsitzende des Vereins, Tim Roth, und führt uns zum etwas abseits gelegenen, aber brandneuen Padel-Platz. Dieser wirkt auf den ersten Blick wie eine Mischung aus vergittertem Glaskasten und Tennis court, nur kleiner. „Das Wetter ist zum Spielen ideal, die Sonne steht nicht zu hoch, so sieht man den Ball gut“, sagt Roth. Wir lernen unseren zweiten Mitspieler Tobias Scheibe kennen. Das sportbegeisterte 45-jährige Vereinsmitglied reicht uns jeweils einen Schläger, der leicht in der Hand liegt. Das leichte Brett erinnert mich an eine dicke Scheibe Käse mit Griff.

Spannende Ballwechsel

Wir positionieren uns als Zweierpaar gegenüberstehend auf dem markierten Spielfeld. Tim Roth und Tobias Scheibe führen mich und meine Kollegin Kristina Wiede ins Spiel ein, dann geht es auch schon los: Der Aufschlag wird von unten vorgenommen, der Ball muss maximal auf Höhe der Hüfte getroffen werden. Das Regelwerk ist dem des Tennis ähnlich: Berührt der Ball beim Aufschlag das Netz und setzt anschließend im richtigen Aufschlagfeld auf, ohne vorher eine gläserne Seitenwand oder das Gitter zu berühren, wird der Aufschlag wiederholt. Landet er außerhalb der Markierung gibt es den zweiten Aufschlag. Zu Beginn wird der Schlag von der rechten Seite ausgeführt, anschließend tauschen wir und servieren den Ball wechselseitig. Das erste Beschnuppern endet und das Match beginnt.

Unsere Gegner lassen den gelben Ball gekonnt an die Seitenwände prallen und dürfen anschließend, solange dieser nicht zweimal oder öfter den Boden berührt, weiterspielen. So kommt es oft zu spannenden Ballwechseln, welche für großen dynamischen Spaß sorgen. Gezählt wird bei den Punkten ebenfalls wie beim Tennis. Einige meiner Bälle gehen noch ins Aus oder fliegen in hohem Bogen über die gläserne Umrandung des Spielfelds. Doch nach und nach bekomme ich ein Gefühl für die Wucht der Aufschläge, das Zielen fällt leichter, ich erziele Punkte. Ein schönes Gefühl, das mich motiviert und meinen Ehrgeiz weckt.

Es ist zunächst noch ungewohnt, wenn der Ball von der Glas-scheibe abprallt, und ich versuche, ihn mit dem Schläger zu erwischen. Noch zögere ich. Nach einigen Spielsätzen verstehe ich, dass ich die Scheibe hinter und neben mir als Vorteil nutzen kann. Der abspringende Ball kann mit einem gezielten Schlag flach über das Netz gebracht werden und so dem Gegenschlag meines Gegners entweichen.

Was ist Padel-Tennis?

Der Name Padel entstammt dem englischen Wort paddle, was übersetzt so viel wie Schläger bedeutet. Den historischen Ursprung hat die Sportart in Mexiko. Padel-Tennis besteht aus Elementen von Squash, Badminton und Tennis. Mittlerweile hat der Sport in Europa viele begeisterte Spieler:innen gefunden. „In den Bremer Sportgeschäften finde ich immer häufiger Padel-Zubehör. Früher schaute man mich fragend an und verwies mich auf die Abteilung fürs Rudern“, erklärt Tobias augenzwinkernd.



Auf dem Platz stehen Kristina Wiede, Tim Roth, Tobias Scheibe und Max Stascheit (Foto linke Seite). Aller Anfang ist schwer, nach einiger Zeit können Bälle zurückgeschmettert werden (links). Um zu kontern, sind oft Wendigkeit und Geschick erforderlich (rechts).

Für eine Partie Padel-Tennis wird ein gelber oder weißer Filzball benötigt. Die Schläger bestehen doch nicht aus Käse, sondern entweder aus Glasfaser oder Carbon und sind in der Geschäftsstelle ausleihbar. Der Spielfeldbelag besteht in unserem Fall aus Kunstrasen. Bei der Kleidung bieten sich bequeme Sportkleidung an sowie Sportschuhe ohne Stollen.

Ein geselliger Sport

Padel-Tennis ist einfach zu erlernen und ein Sport für alle Altersgruppen: Sowohl Kinder als auch Jugendliche, Familien und ältere Menschen begeistern sich dafür im Verein und als Gäste. In kleinen Pausen plaudern wir mit Roth und Scheibe, eine kleine Verschnaufpause muss sein, langsam wird es mir warm.

„Wir haben eine Tennis-Gruppe, alle um die siebzig Jahre alt, die wollen nun auch Padel ausprobieren. Und ich denke, sie bleiben dabei. Padel ist zwar körperlich, allerdings nicht zu anstrengend“, freut sich Tim Roth über den Zulauf auf den Sport. Der ATSV Habenhausen plant für 2024 Trainerstunden anzubieten, um den Sport noch weiter zugänglich zu machen. „Bei Padel-Tennis entsteht eine Geselligkeit, die Spieler:innen kommen ins Gespräch und sind im Spielfeld oft nah in Kontakt“, erklärt Tim Roth die Vorzüge des Spiels.

Liebe auf den ersten Schlag

Auf die Frage, wie es dazu kam, dass der Verein Padel anbietet, erklärt uns Scheibe, dass er im spanischen Alicante mit dem Sport in Berührung kam. „Ich war total anfixt und wollte Padel unbedingt nach Bremen holen. Also haben wir die Padelinitiative Habenhausen gegründet. Wir haben den Platz bei Bodenrost mit viel Eigenleistung aufgebaut, bis in die Nacht Platten verlegt und Kabel gezogen. Ihr merkt, wir wollten diesen Platz unbedingt, sogar unser Elektriker ist mittlerweile Padel-Fan“, sagt Tim Roth hörbar stolz.



Zusätzliche Flutlichtstrahler sorgen dafür, dass auch im Dunkeln gespielt werden kann. Auch bei uns fängt es an zu dümmern. Ich verstehe die Faszination für Padel, mit jeder weiteren Runde steigt der Ehrgeiz. Meine anfängliche Unsicherheit ist gewichen und ich freue mich über jeden Ball, den ich auch in schwierigeren Winkeln erwische. „Ich erkenne schon deutliche Fortschritte. Du merkst: Wer zu Beginn einer Runde Fehler macht, verliert“, ruft mir Tobias Scheibe nach einigen Spielsätzen zu. „Aber das ist das Schöne beim Padel, es ist niedrigschwellig und für alle leicht erlernbar. Am Ende haben wir einen hervorragenden zweiten Platz belegt.“

Für mich steht fest: Ich werde mit drei Freunden wiederkommen, denn als Gast kann man auch als Nichtmitglied spielen. Für ebenjene kostet Montag bis Freitag eine Stunde 5 Euro pro Person, zur Hauptspielzeit am Abend (zwischen 17 – 22 Uhr) 7,50 Euro. Gebucht wird der Court über eine App. Die Zahlung läuft online.

Die Sportart hat mich begeistert und das Training verging wie im Flug. Passend zur sportlichen Aktivität schwingen wir uns auf unsere Sattel und radeln zurück. So endet dieser Abend ebenfalls sportlich. (MS)

Wer Padel spielen möchte, Fragen zur Sportart hat oder den Verein kennenlernen will, wird in der offiziellen WhatsApp-Gruppe fündig. Einfach den unterstehenden QR-Code scannen und beitreten. Padel ist ganzjährig spielbar.

Weitere Infos und Preise: www.atsvhabenhausen.de

