

Rechts, links, Haken - Ring frei für die Boxgirls

BRITTA FRISCHEMEYER

In der Turnhalle ist es kühl, es riecht nach kaltem Schweiß. Aus den Boxen dröhnt Sarah Conners „One Nite Stand“. Von der Decke hängen Sandsäcke, in der Ecke ist ein Boxing aufgebaut.

„Los, gib alles“, brüllt Trainerin Sarah Bitterling (28). „Lass deine ganze Wut aus.“ Nacheinander stürmen verschwitzte Mädchen auf zwei Sandsäcke zu, dreschen auf sie ein. Die „Boxgirls“ in der Bergmannstraße 29 (Kreuzberg) haben nur ein Ziel: endlich in den Ring steigen. Sie trainieren in Berlins einzigem Box-Verein für Mädchen. Ihr Vorbild ist Box-Weltmeisterin Regina Halmich. „Boxen wie sie – das ist mein Traum“, sagt Juliane Griesbad (16).

► „Mein Traum? Boxen wie Regina Halmich“

Dafür trainiert sie bei Sarah Bitterling. Die Erzieherin boxt selbst seit sechs Jahren. „Füße und der Bauch sind im Kampf total wichtig“, sagt sie. „Noch wichtiger ist natürlich die Armmuskulatur.“

Konditionstraining: Zwei Minuten - so lang wie auch eine Boxrunde - müssen die Mädchen nun abwechselnd einen Angriff imitieren, also tippeln und boxen, oder in der Defensiv-Stellung bleiben. Insgesamt drei Runden müssen sie aushalten. Danach fließen die ersten Schweißtropfen. „Puh, das sieht leicht aus, ist aber voll anstrengend“, stöhnt Rosalia Skowron (15) aus Neukölln. Seit zehn Monaten geht sie zweimal die Woche zum Mädchen-Boxen. Und sie will weitermachen, Profiboxerin werden. „Aber erstmal muss ich Abi machen.“ Durch ihren Onkel aus Polen ist sie zum Boxen gekommen. „Er brachte mir im Garten die ersten Schritte bei.“

Wie die meisten anderen will Rosalia beim Training vor allem Aggressionen loswerden. „Ist doch besser, als wenn ich die auf der Straße rauslasse.“ Auch Rebekka Kühne (16) strebt eine Profi-Karriere an.

Sie will so werden wie Suzi Kentikian (amtierende Weltmeisterin im Fliegengewicht): „Die ist super schnell!“

Das Training wird von dem Projekt „Mädchen stärken“ unterstützt, eine Kooperation von der Deutschen Kinder- und Jugendstiftung und dem Sportartikelhersteller Nike. Monatlich werden nur fünf Euro fällig, Trainingssachen werden für den Anfang erst einmal gestellt.

Das Ziel: Mädchen an Jungen-Sportarten heranzuführen. Aber so sehen das die Mädchen gar nicht. „Warum sollte Boxen ein Jungensport sein?“, fragt Tamara Erdenberger aus Wilmersdorf selbstbewusst.

► Mädchen erobern den Jungensport

Sie kann es gar nicht abwarten, endlich zu kämpfen. Doch bis dahin ist es noch ein langer Weg. Denn die Girls dürfen noch

Titelvereiniung
Der Abrahhammer
kann auch
Taylor fällen

Woche der Entscheidung
Povetkin
& Sylvester
greifen an

Furchtbarer K.o.
Abrahhammer
streckte
Gevor nieder

nicht in den Ring. „Jeder entscheidet selbst, wann er seinen ersten Kampf austragen möchte“, erzählt Tamara. Mindestens ein halbes Jahr hartes Training benötigt man, bis man fit für einen richtigen Kampf ist.

Was braucht ein guter Boxer? „Kondition, Durchhaltevermögen und die Größe, auch Niederlagen einzustecken“, erklärt Sarah Bitterling.

Fotogalerie

Rechts, links, Haken - Ring frei für die Boxgirls



Vorbereitung auf den Kampf: Ohne den richtigen Schutz geht gar nichts. Trainerin Sarah Bitterling hilft beim Anlegen



2 von 4



Foto: Charles Yunck

Weitere Themen



Berlin-Diskret

Lust auf erotische
Bekanntschaften?
Klicken Sie hier!

Fotogalerien-Übersicht

Hier finden Sie Fotogalerien
zu Berlin und anderen Ressorts

Artikel-Archiv

Suchen Sie ältere Artikel?
Hier finden Sie sie!

Keine Angst vor den Schmerzen? Rebekka Kühne lacht und sagt: „Wer sagt denn, dass man sich treffen lassen muss?“

[◀ Zurück](#)

08.09.2007
© 2007 BZ Berlin

Berliner Morgenpost | BILD.T-Online | BILD am SONNTAG | AUTO BILD | BILD hilft e.V. „Ein Herz für Kinder“ | Welt | Hamburger Abendblatt
BILD der Frau | Computer BILD | finanzen.net | Das Familienportal | Hörzu | Jolie | Mädchen | Maxim | Metal-Hammer | Musik-Express
Popcorn | Rolling-Stone | Starflash | TV-Digital | Yam | Second-Life AvaStar | Preis-Vergleich idealo.de
Preis-Vergleich für Österreich | PROFIS.de Handwerker finden | Axel Springer Akademie
Impressum/ Kontakt