

Frankfurter Allgemeine

Früherer Kanute Max John : Wie ein Quereinsteiger im Deutschland-Achter landete

- Von [Alexander Davydov](#), Dortmund
- -Aktualisiert am 18.05.2023-22:33



Der Deutschland-Achter trainiert mit Steuermann Jonas Wiesen, Marc Kammann, Wolf-Niclas Schröder, Mattes Schönherr, Olaf Roggensack, Torben Johannesen, Max John, Jasper Angl und Benedict Eggeling (von rechts nach links). Bild: dpa

Das Paradeboot hat zuletzt schwer enttäuscht. Der frühere Kanute Max John gehört jetzt zu jenen, die an alte Rudererfolge des Deutschland-Achters anknüpfen sollen. Sein Weg dorthin war nicht leicht.

Max John lächelt, als er im Bundesstützpunkt des Deutschen Ruderverbands in Dortmund aufgerufen wird. Der 25-Jährige hat es geschafft. Er ist im Team des Deutschland-Achters und soll nun mithelfen, dass das Paradeboot zu neuer Form findet. Optisch vermittelt der 1,98 Meter große und 96 Kilogramm schwere John schon den Eindruck, an der Seite etablierter Kollegen wie Torben Johannesen der richtige Mann für den Job zu sein.

Johns Stärke hängt jedoch nicht nur mit seiner imposanten Statur zusammen, sondern liegt auch darin, dass er in Sachen Rudern ein Quereinsteiger ist. „Ich war ursprünglich im Kanusport tätig, musste aber mit 16 Jahren wegen einer Knieverletzung aufhören“, sagte er

am Mittwoch bei der Vorstellung. „Weil es schade gewesen wäre, wenn meine über die Jahre antrainierte Fitness verkümmert, nahm mein damaliger Trainer mich mit zum Rudern, um zu gucken, ob das was für mich ist.“

John mit Fleiß und Disziplin

Dass rohe Kraft allein ihn sportlich auf dem filigranen Boot nicht weit bringen würde, merkte John schon bei der ersten Testfahrt: „Mir war es klar, dass es nur eine Frage der Zeit ist, bis ich damit baden gehe – meiner Übungsleiterin aber anscheinend nicht“, sagt John. „Und dann passierte es, dass wir im Wasser landeten – und das im Februar.“



Lohn für die Mühen: Max John zählt zu den aufstrebenden neuen Gesichtern im Paradeboot des Deutschen Ruderverbands. : Bild: picture alliance / SVEN SIMON

Die Träume von Olympia, die John damals noch beim Paddeln hatte, mussten gründlich überdacht werden. Aber ihn trieb der alte Ehrgeiz. Mit Fleiß und Disziplin arbeitete John an den Defiziten: Er lernte neue Bewegungsabläufe, verfeinerte die Technik und sammelte so zügig die ersten Erfolge. Im Jahrgang U 23 erreichte er bei der WM 2018 im Vierer den vierten Platz, bei der WM 2019 im Achter den fünften.

Doch bevor John in den A-Bereich einsteigen konnte, folgten die nächsten Rückschläge: Erst wurden die Olympischen Spiele in Tokio wegen Corona verschoben, dann brach sich John bei einem Unfall den Fußknöchel und musste nach der Operation sogar das Laufen neu lernen. Den Willen, sich zurückzukämpfen an die Spitze, nahm ihm das nicht. Bisweilen musste John sich vor lauter Übereifer sogar selbst bremsen, um weitere Verletzungen zu vermeiden: „Ein bisschen ziehe ich das an. Da muss ich vorsichtig sein, dass ich manchmal mehr mit Kopf handle und nicht mit zu viel Ehrgeiz und zu viel Schwung.“

Nun steht für John in den kommenden Monaten viel auf dem Spiel. Am 25. Mai beginnt in Slowenien die Ruder-EM. Im September folgt dann in Serbien die WM, wo es um die Qualifikation für die Olympischen Spiele in Paris geht. Nach den enttäuschenden

Platzierungen bei den großen Wettkämpfen des vergangenen Jahres lastet auf dem gesamten Team ein hoher Druck.

„Wir haben da direkt ein schweres Brett mit den Briten und den Holländern vor uns“, sagt Sabine Tschäge mit Hinblick auf die anstehende EM. „Aber ich finde es auch ganz gut, dann wissen wir auch direkt, was Stand der Dinge ist bei uns.“ Sie vertraue dem Team, das mit einem Durchschnittsalter von rund 25 Jahren jung ist. Neben John hat Tschäge Marc Kammann als Schlagmann mit ins Boot geholt. Ziel sei es, den Anschluss an die Medaillen-Ränge wiederzufinden.