



## **Trainer Thorsten Zimmer: Der Erfolgsgarant**

„Mir ist besonders wichtig, dass die Athlet\*innen sehr frühzeitig selbstständig werden und einen eigenen Weg für sich formulieren. Sie müssen erkennen, ob sie etwas wirklich wollen oder sie sich den Erfolg nur wünschen“, so formuliert Trainer Thorsten Zimmer das Credo seiner Arbeit. Seit 2013 ist der 35-jährige Gymnasiallehrer der Heimtrainer der beiden Olympia-Kandidatinnen Carlotta Nwajide und Frauke Hundeling am Bundesnachwuchsstützpunkt in Hannover-Ahlem.

Zu seiner erfolgreichen Arbeit mit den Sportlerinnen gehöre auch, „die Athletinnen manchmal mit Einsichten zu konfrontieren, die unangenehm und unbequem sind“, sagt Zimmer. „Ich habe die Erfahrung gemacht, dass wesentliche Gespräche oft eine langfristig wertvollere Investition sind als ein paar Einheiten auf dem Wasser. Wenn sie klar mit sich selbst sind, läuft vieles von selbst“, so der Trainer, der von Hauptberuf Studienrat am Gymnasium Humboldtschule in Hannovers Stadtteil Linden-Süd für die Fächer Deutsch und Philosophie ist.

### **Bereits Olympia-Erfahrung**

Begonnen hatte Zimmer seine Trainerkarriere 2004 beim Celler Ruderverein. Nach seinem Wechsel zum Studium nach Hannover baute er als damaliger Lehramtsstudent beim Deutschen Ruder-Club (DRC) eine erfolgreiche Trainingsgruppe auf. Seit 2009 trainiert Zimmer vereinsübergreifend diverse Kadersportler\*innen am Landesleistungszentrum/Bundesnachwuchsstützpunkt

am Lindener Verbindungskanal im Westen der Niedersächsischen Landeshauptstadt. Alle ihre zahlreichen Medaillen-Erfolge in der U23-Altersklasse führen die aktuellen Olympiakandidatinnen Carlotta Nwajide und Frauke Hundeling unter seiner Regie ein.

Größter sportlicher Erfolg des Pädagogen waren (neben zahlreichen EM- und WM-Medaillen seiner Athlet\*innen) die Teilnahme von Marie-Cathérine Arnold (HRC) aus seiner Trainingsgruppe an den Olympischen Spielen 2016 in Rio de Janeiro (7. Platz) sowie die Reise von Riemen-Leichtgewicht Julius Peschel als Ersatzmann an die Copacabana aus demselben Anlass.

### **In der Medaillenschiede**

Aktuell trainiert Thorsten Zimmer als Honorartrainer am Landesleistungszentrum/Bundesnachwuchsstützpunkt in Hannover-Ahlem mehrere erfolgreiche Nachwuchs-Athlet\*innen in der U23-Altersklasse, darunter die letztjährige Europameisterin Lena Osterkamp und EM-Bronzemedaillegewinner Aaron Erfanian.

(Stand: Mai 2021)



WM-Silber 2018 für Marie-Cathérine Arnold vom HRC und Carlotta Nwajide

(Fotos: Schepker/DRC Hannover)