



Roman Fricke war als Aktiver mehrfacher Deutscher Meister im Hochsprung und hat als Trainer mittlerweile zahlreiche Athletinnen und Athleten in die deutsche Spitze geführt.

Im Jahr 2003, als Roman Fricke den Schritt gewagt hatte und sich dem starken Leichtathletik-Team des TSV Bayer 04 Leverkusen anschloss, feierte er seinen ersten großen nationalen Titel. Der damals 26-Jährige gewann die Deutsche Hallenmeisterschaft. Das Jahr bescherte aber auch den ersten echten Rückschlag: Bei den Weltmeisterschaften in Paris belegte Fricke lediglich Rang 13, weil während des Wettkampfes eine Schuhsohle brach.

Gutmachen konnte er diesen Rückschlag bei den Freiluftmeisterschaften 2003 in Ulm. Bei „mindestens 40 Grad im Schatten“ lieferte sich Roman Fricke mit dem Berliner Marius Hahnische einen packenden Wettkampf, den er nach mehr als drei Stunden mit übersprungenen 2,25 Meter für sich entschied. Ein Jahr später verteidigte Fricke seine Titel und hatte das erreicht, wovon die meisten träumen: Die Teilnahme an den Olympischen Spielen in Athen 2004 war gesichert.

Leider gelang es Fricke dort nicht, seine Form zu zeigen, so dass er mit 2,20 Meter in der Qualifikation ausschied. „Ich war im Vorfeld sehr gut drauf, doch ich habe in Athen Kraft und Schnelligkeit nicht auf die Reihe bekommen, und dann sind drei Versuche schnell weg. Die Enttäuschung war damals riesig, denn erst im Mai 2004 hatte ich meine Bestleistung auf 2,30 Meter hochgeschraubt, die Form war also da.“

2006, nachdem Roman Fricke zum dritten Mal Deutscher Hallenmeister geworden war, zog er sich eine schwere Knieverletzung zu. Der Anriss der Patellasehne musste operiert werden, Fricke fiel eine gesamte Saison aus, und das war „der Anfang vom Ende meiner Leistungssportzeit“, erinnert er sich rückblickend. Zwar kämpfte sich Fricke noch einmal heran, nutzte die Bühne der Deutschen Meisterschaften 2008 in Nürnberg allerdings für seinen endgültigen Abschied. Mit übersprungenen 2,17 Meter wurde er Siebter und wusste danach sofort: „Das war’s, meine Leistungssportzeit ist vorbei, ein wirklich sehr emotionaler Moment.“

Heute arbeitet der Tischlermeister und studierte Holztechniker, der mit seiner Frau Kristin sowie den Töchtern Jona und Hannah in Neubruchhausen lebt, im elterlichen Tischlerei-Betrieb, der für ihn eine Herzensangelegenheit ist. Seinem Sport ist Roman Fricke treu geblieben. Bereits seit 2013 trainiert er mehrmals in der Woche den Nachwuchs beim SV Werder Bremen: „Das macht mir unheimlich viel Spaß.“ Der Erfolg gibt ihm dabei Recht: In seinen ersten zehn Trainerjahren hatte er als Coach Anteil an 52 Bremer Landesrekorden und 14 Medaillen bei Deutschen Meisterschaften. „Diese Erfolge stehen vollständig den Athletinnen und Athleten zu. Mir bleibt das gute Gefühl, dass mein Trainingsangebot die Leistungen zu steigern vermag“, so Fricke bescheiden.

Seine Motivation zieht er dabei aus vielen verschiedenen Dingen: „Ich begleite unglaublich gerne junge Menschen in ihrer sportlichen und persönlichen Entwicklung. Das bereichert mein Leben ungemein. Meine Aufgabe als Trainer ist es, mit den Athletinnen und Athleten das individuelle Top-Level zu erreichen. Das fordert mich fachlich und persönlich auf vielfältige und kreative Weise heraus.“

Neben dem Hochleistungssport haben Roman Fricke auch die vielen Begegnungen und Erlebnisse an den verschiedensten Trainings- und Wettkampfstätten auf der ganzen Welt zur Leistungsbereitschaft motiviert: „Das ist mir bis heute erhalten geblieben, so dass es für mich als Werder-Trainer einfach sehr gut passt. Besonders die jährlichen Trainingslager wecken stets eine große Vorfreude in mir, wenn sie in entfernten Ländern durchgeführt werden können.“

Olaf Kelterborn