

Detlef Michel war 1983 in Helsinki erster Speerwurf-Weltmeister / Heute betreibt der 53-jährige Berliner ein Fitness-Studio in Köpenick

# Wenn der Chef mit 190 Kilo Kniebeuge macht

**Vom 15. bis zum 23. August finden in Berlin die 12. Leichtathletik-Weltmeisterschaften statt. In der Historie gab es bisher 46 Titelgewinne für deutsche Athleten. Die Märkische Oderzeitung besuchte einige der Sieger von einst und stellt sie in einer Serie vor. Heute: Detlef Michel, 1983 in Helsinki erster Speerwurf-Weltmeister.**

VON KAI BEIBER

**Berlin (MOZ)** Wenn der Chef an die Hantel geht, unterbrechen die Fitness-Enthusiasten und Hobby-Kraftsportler schon mal ihr Training. 190 Kilogramm hat Detlef Michel aufgelegt. Er packt die Metallstange, geht in die Knie, befördert das Gewicht wieder nach oben – die Kunden sind beeindruckt.

„Kniebeuge ist die Mutter aller Kraftübungen, sie stählt sämtliche Muskeln, weil die alle angespannt sein müssen“, sagt der 53-Jährige, der seit 2005 am

Müggelheimer Damm ein Fitness- und Gesundheitscenter betreibt. 98 bis 100 Kilo bringt Detlef Michel auf die Waage, „fast noch Kampfgewicht“. Zu seiner aktiven Zeit waren es 93. Bei der WM-Premiere der Leichtathleten 1983 in Helsinki gewann der Berliner Gold mit dem Speer. Den Titel des ersten Weltmeisters, den kann ihm keiner nehmen.

„Ich war zwar als Mitfavorit nach Finnland gefahren. Aber in der US-Amerikaner Tom Petranoff hatte zuvor mit 99,72 m einen neuen Weltrekord aufgestellt. In der Quali schaffte ich dann gleich als Erster die 90 Meter“, erinnert sich der Modell-Athlet mit dem Schnauzbart, der schon damals sein Markenzeichen war. „Beim Wettkampf regnete es dann in Strömen und es war arschkalt.“ Stolz schwingt



mit, wenn Detlef Michel erzählt, dass er mit vier seiner sechs Versuche den WM-Titel gewonnen hätte. „Es ist schon etwas Besonderes, wenn bei der Siegerehrung das ganze Stadion zur Hymne aufsteht, und das in einem Land, das als Speerwerfer-Nation schlechthin gilt.“

Weniger gute Erinnerungen hat der Weltmeister an Olympia. „Na klar werde ich oft darauf angesprochen.“ Sowohl 1980 in

Moskau als auch acht Jahre später in Seoul waren die Sommerspiele für den TSC-Werfer schon nach der Qualifikation beendet. 1984 in Los Angeles fehlte die DDR bekanntlich. „Vielleicht war ja der Erfolgsdruck

zu groß. Zweimal dabei gewesen zu sein und nichts gerissen zu haben – das ärgert einen das ganze Leben“, gibt der Köpenicker zu.

Nach der Wende startete der gelernte Gas-Wasser-Installateur noch einige Zeit für den OSC Berlin. „Das war ein Deal mit Istaf-Chef Rudi Thiel. Er hat mir einen Job bei einer großen Berliner Baufirma verschafft. Ohne Vorkenntnisse habe ich da in der Lohnbuchhaltung angefangen – und kurz darauf gingen am Monatsende ein paar Millionen D-Mark für 560 Leute durch meine Hände“, wundert sich Michel immer noch ein wenig über seine berufliche Karriere.

Zwölf Jahre später aber war die Firma Pleite. Der ehemalige Leistungssportler belegte an der Humboldt-Uni Studienkurse in Didaktik, Pädagogik, Psychologie. Er machte die Trainerlizenz, ließ sich zum Fitnesscoach ausbilden, im Vorjahr folgte auch noch der Reha-Trainerschein.

420 Quadratmeter hat das eher unscheinbare Studio am Müg-



Der Weltmeister als Unternehmer: Detlef Michel ist Chef eines Fitness-Studios in Müggelheim.

Foto: Edgar Nemschok



In Aktion: Detlef Michel 1984 im TSC-Trikot  
Foto: Imago

## Detlef Michel

Der Berliner Detlef Michel, am 13. Oktober 1955 geboren, wurde 1983 in Helsinki mit 89,48 m (in der Qualifikation 90,40) erster Speerwurf-Weltmeister. In jenem Jahr stellte er mit 96,72 auch seine Bestweite auf. Bei Europameisterschaften belegte der siebenmalige DDR-Meister, der beim TSC Berlin von Peter Börner trainiert wurde, die Plätze 4 (1978), 3 (1982) und 2 (1986). Bei Olympia scheiterte er 1980 und 1988 in der Qualifikation. Seit vier Jahren betreibt Michel in Köpenick unterhalb der Müggelberge ein Fitness- und Gesundheitscenter.

gelheimer Damm. Ein Kursraum, ein großer Kraftraum und ein kleiner. Hinzu kommt eine Sauna samt Garten. „Wir sind ein bisschen anders als die großen Fitnesshallen. Hier geht es fast schon familiär zu“, betont Detlef Michel. Jeder Gast bekomme eine Einweisung und auf Wunsch einen individuellen Trainingsplan. „Man kann bei den Kraftübungen sehr viel falsch machen“, weiß der Experte. Unterstützung erhält er durch elf Honorar-Trainer und Ehefrau Silke, eine erfahrene Physiotherapeutin, mit der er allerdings in Scheidung lebt.

Über mangelnden Zulauf kann der Ur-Berliner nicht klagen, „auch wenn es jetzt im Sommer immer etwas zurückgeht. Aber die Leute merken, dass Kranksein teuer werden kann.“ Die Kassen übernehmen nicht mehr alle Leistungen, also gewinne die Vorbeugung an Bedeutung. „Und ganz nebenbei fühlen sich die Gäste nach einer Sporteinheit widerstandsfähiger, belastbarer, aber auch entspannter.“

Fast mitten im Satz springt Michel auf. „Ich muss kurz nach der richtigen Sauna-Temperatur schauen.“ Im Regal hinter dem Empfangstresen steht ein rotes Büchlein. „Das große Lexikon der DDR-Sportler“. Natürlich ist auch dem ersten Speerwurf-Welt-

meister ein Abschnitt gewidmet. Zu anderen Ex-Leichtathleten hat er durchaus noch Kontakt. „Mit Marlies Göhr telefoniere ich mehr oder weniger regelmäßig, mit Gerald Weiß, der gar nicht weit weg in Lehnin wohnt, und mit Udo Beyer, der ja in Potsdam ein Reisebüro hat.“ Ein Treffen der Ehemaligen am Rande der WM in Berlin wird es aber wohl nicht geben – „ich jedenfalls habe vom Verband keine Einladung bekommen“, ist der Triumphator von 1983 schon ein wenig enttäuscht.

Die Zeit für einen Besuch im Olympiastadion hätte er sich genommen. Auch wenn der Chef

oft bis zu 16 Stunden am Tag in seinem Fitnesscenter anzutreffen ist. Dennoch schafft er es regelmäßig, die Trainingseinheit an Hanteln und Geräten zu absolvieren. Detlef Michel ist top in Form. Da könnte er doch durchaus mal an Meisterschaften der Kraftsportler teilnehmen? „Würde ich ja gern. Aber als selbstständiger Unternehmer trifft der Spruch ‚fast alles selbst und das ständig‘ auf mich voll zu. Wenn ich zum Beispiel bis zu 30 Sauna-Aufgüsse am Tag gemacht habe, bin ich abends mausetot.“

So bleibt es eben beim anerkennenden Beifall seiner Kunden für die Kniebeuge mit 190 Kilo.