



Johanna Quaas, 81 **DIE GERÄTE- GROSSMUTTER**

In der Grundschule war sie die Kleinste und bekam beim Sport oft schlechte Noten. Heute ist Johanna Quaas beim Gerätturnen eine Größe für sich: 2006 wurde sie das siebte Mal in Folge Deutsche Seniorenmeisterin – obwohl sie selbst in der obersten Altersklasse ab 75 Jahren mittlerweile zu den Betagteren gehört. „Ich bin froh, dass es noch so gut geht“, sagt die nur 1,52 Meter große Frau aus Halle an der Saale bescheiden. Schließlich sei sie ihr ganzes Leben lang in Bewegung gewesen – als Sportlehrerin.

Nach der Grundschule geht ihre sportliche Entwicklung rasch vonstatten. Die 11-Jährige fällt 1937 mit ihrer gekonnten Schwungstemme am Reck einem „Kreisturnwart“ auf, der sie sogleich für die nächsten Olympischen Spiele trainieren will. Doch die Eltern legen ihr Veto ein: Die Schule geht vor. Als das Turnen nach dem Krieg als „Nazi-Sport“ vorübergehend verboten wird, wechselt Johanna Quaas zum Handball – und wird als Spielführerin mit ihrem Verein Fortschritt Weißenfels 1954 DDR-Meisterin.

Ihr schönstes Sporterlebnis hat mit Wettbewerb jedoch nichts zu tun. Es ist eine Turner-Reise nach Südamerika, auf der Johanna Quaas 2002 erfährt, wie sehr Sport Menschen über kulturelle und soziale Grenzen hinweg verbinden kann. „Ich habe das Turnen selten so genossen wie an einem uralten, klapprigen Barren in einem Armenerviertel von Santiago de Chile“, schwärmt sie noch heute.

Sonderlich hart muss die Altmeisterin für ihre Erfolge nicht mehr trainieren. Die Übungen an ihren Paradegeräten Barren und Bank kann sie wie im Schlaf darbieten. „Das gibt mir Zeit, neue Sportarten auszuprobieren.“ Zu ihrem Fitnessprogramm gehören Walking, Schwimmen und Saunabesuche. Die neueste Entdeckung der 81-Jährigen ist Bungee-Trampolin; dabei werden die Sprünge durch elastische Seile abgefedert. „Damit“, sagt sie, „sind auch in meinem Alter noch Saltos möglich.“

Sportlicher Höhepunkt: Erster Wettkampf nach 25 Jahren Pause auf dem Leipziger Turnfest 1983

Sportlicher Tiefpunkt: Sehnenabriss 1999 bei dem Versuch, 12-jährigen Nachwuchsturnern zu zeigen, wie man am besten über einen Doppelbock springt

Ihr Tipp: Bewegung und Gymnastik in der Gruppe – das motiviert mehr, als alleine Sport zu treiben