



MARTÍ PERARNAU

PEP

GUARDIOLA
DAS DEUTSCHLAND-
TAGEBUCH

ecowin

Interaktion zu dem Set hinzufügt, das man unbewusst bereits hatte. Wir besitzen Spiegelneuronen, mittels derer wir nachahmen können, was andere tun, und je nachdem, wie sich der andere verhält, verhalte ich mich auch. Früher nannte man das Lernen durch Nachahmung, heute nennt man es eben Spiegelneuronen. Jedenfalls besitzen wir die Fähigkeit zur Nachahmung, aber diese Methode braucht Zeit. Wenn du siehst, dass deine Mitspieler den Ball, sobald sie ihn bekommen, nach vorne dreschen, dann denkst du, Fußball besteht darin, dass man einen Ball nach vorne drischt. Wenn du aber siehst, dass deine Mitspieler sich drehen, den Ball eng am Fuß führen, ihn dreimal berühren oder sich gegenseitig zuspielen, als wären sie neugierig, was dann passiert, dann kommst du zu dem Schluss, dass man den Ball nicht nach vorne dreschen soll, sondern ihn zwei oder drei Meter am Fuß führen und ihn dann zu jemandem passen kann, der die gleichen Trikotfarben hat wie du. Und wenn du dann noch siehst, dass jemand einen bestimmten Raum besetzt, um andere Spieler auf sich zu ziehen, damit du ihm zuspielen und er dir zurückpassen kann, und dann merkst du, dass du plötzlich mehr Raum für deine Aktionen hast, und schon wieder hast du was gelernt. Und während du diese Spielzüge übst, die eigentlich Beziehungsübungen sind, entsteht ein anderes Spielverständnis, ein besseres Spielverständnis, versteht sich.«

Nach seinem deutschen Abenteuer stehen Pep mehr Werkzeuge zur Verfügung, und er hat Gefallen an der Herausforderung gefunden. Erwähnt hatte ich bereits seine neue Widerstandsfähigkeit; und die Anpassungsfähigkeit als neues Element seiner Persönlichkeit. All dies hat ihn flexibler gemacht. Doch sein Markenzeichen ist nach wie vor: Leidenschaft, Leidenschaft, Leidenschaft.

LEIDENSCHAFT ODER ENERGIE

München, 19. April 2016

Bayern München hat gerade Werder Bremen aus dem DFB-Pokal geworfen und das Finale erreicht. Der Trainer wirkt ausgelaugt, was mich veranlasst, seinen engen Freund Manel Estiarte zu fragen, ob es nicht besser wäre, wenn Guardiola seine Energie besser einteilen würde, wenn er sich nicht so sehr verausgaben würde. Estiartes Antwort ist eindeutig.

»Bei der Gleichung aus Leidenschaft und Energie sollte er meiner Meinung nach nicht das Geringste ändern, selbst wenn dies wie jetzt dazu führen kann, dass er leer und erschöpft ist. Wenn er anfangen würde, Energie zu sparen, würde das auf Kosten der Leidenschaft gehen, und dann wäre er nicht mehr Pep. Nein, er kann und darf nichts ändern.«

Vier Eigenschaften sollte man näher beleuchten, weil sie sich in den drei Jahren in Deutschland verändert haben:

Die Konzentration auf die Arbeit

Der ideologische Eklektizismus

Das klare Urteilsvermögen

Die Innovationsfähigkeit

3.1. DIE KONZENTRATION AUF DIE ARBEIT

*Dirigieren ist die Kunst zu wissen,
wann man das Orchester nicht stören soll.*
Herbert von Karajan

Zwei Dinge haben Pep Guardiolas Arbeitsethik geprägt: die Erziehung seiner Eltern und seine Einsicht, dass er über kein herausragendes Talent verfügt, was er durch eine erhöhte Anstrengung wettmachen muss.

Folgender Satz des spanischen Philosophen José Antonio Marina spiegelt Guardiolas Haltung gut wider: »Talent ist keine Gabe (Ding), sondern ein Prozess (Lernen), es steht nicht am Anfang, sondern am Ende von Erziehung und Training.«

Oder in Guardiolas Worten: »Was man nicht trainiert, vergisst man.« Folglich ist die Basis jeden Erfolgs Training und Arbeit. Wobei nicht so sehr die Quantität entscheidend ist, als vielmehr die Qualität, der Sinn: »Erst kommt die Idee, dann die physische Umsetzung.« Der Trainer vermittelt eine Idee über die Sprache, der Spieler nimmt sie durch wiederholtes, geleitetes und korrigiertes Üben auf. »Spieler müssen über das Training von einem taktischen Konzept überzeugt werden.« Eine Idee wird erst dann vollständig aufgenommen, wenn sie sich unter Wettbewerbsbedingungen bewährt. »Taktische Konzepte lernt man, indem man sie im Spiel anwendet. Denn real ist nur das Spiel.« Die Aneignung einer Spielphilosophie ist ein willentlicher Akt. Man kann nicht einfach nur mechanisch Aktionen wiederholen, man muss den Sinn jeder Aktion begreifen: »Das Training besteht darin, dass die Spieler Entscheidungen treffen«, definiert Guardiola. Es reicht nicht, etwas zu erklären und zu trainieren; man muss es am eigenen Leib erfahren haben. »Um etwas zu lernen, muss man es erleben. Es genügt nicht, dass jemand es einem erklärt. Um einen Fehler zu korrigieren, muss man erst einmal seine Folgen gespürt haben. Fehler und Niederlagen sind die wichtigsten Faktoren, um wahren Fortschritt zu erzielen.«

Wer solche Kriterien aufstellt, muss viel trainieren lassen. Doch wenn eine Spitzenmannschaft etwas nicht hat, dann ist es Zeit. Und wenn man keine Zeit hat, kann

man sich auch nicht gut vorbereiten. »Es gibt keine Geheimformel. Wer gewinnen will, muss konzentriert sein, sich anstrengen und auf kleine Details achten«, sagt Steve Kerr, der Trainer der Golden State Warriors. Doch wie löst man dieses offensichtliche Dilemma, dieses Armdrücken zwischen Zeitmangel und der Notwendigkeit, an Details zu arbeiten? Indem der Trainer seinen Fokus neu ausrichtet. Indem er Zeit und Aufwand optimiert.

Paco Seirul•lo hat mir erklärt, wie diese Neuausrichtung des Fokus im Fall Guardiolas aussieht: »Früher gab es eine Partie pro Woche, also rund 50 Spiele pro Jahr. Heute spielt man zwei, wenn nicht drei Mal pro Woche und kommt im Jahr auf 70 Partien. Das schlaucht. Bei diesen Anforderungen kann ein Trainer nicht mehr bei jedem Training ›präsent‹ sein. Stattdessen muss er das nächste Spiel vorbereiten. Schon als Pep noch in Barcelona war, haben wir begonnen, die Prioritäten zu verschieben. Pep ›verschwindet‹ in Anführungszeichen unter der Woche, leitet das Training ohne größere emotionale Beteiligung, denn der Inhalt ist längst festgelegt und wird von anderen (dem Assistenztrainer, dem Fitnesstrainer, dem Videoanalysten) verfeinert. Er ist natürlich trotzdem anwesend in diesen anderthalb Stunden, leitet die Übungen an, korrigiert Fehler, aber wenn das Training beendet ist, wendet er sich sofort seiner eigentlichen Arbeit zu, und das ist die Vorbereitung des nächsten Spiels. Am Tag vor dem Spiel und am Tag des Spiels selbst fährt er das Stresslevel hoch, weil er den Spielern seine Analyse vermitteln und die Partie von der Seitenlinie coachen muss, doch an den restlichen Tagen ist er entspannter, sieht sich unzählige Partien der Gegner an. Er verwendet seine Energie nicht auf die Vorbereitung des Trainings. Diese Vorgehensweise hat er bei Barça entwickelt und bei Bayern perfektioniert. Und sie ist absolut notwendig bei einem Trainer, der im Jahr so viele Spiele leiten muss.«

Guardiola hat sich nach und nach verändert. Zum ersten Mal in seiner Karriere hat er in seinen letzten Monaten in München dreimal beim Training gefehlt. Es waren drei unbedeutende Einheiten, alle an Tagen nach einem Spiel, also eher regenerierender Natur. Geleitet hat sie statt seiner Domènec Torrent, während Pep sich in sein Büro an der Säbener Straße zurückzog und den nächsten Gegner studierte. Es war so am Sonntag, 3. April 2016, vor dem Auswärtsspiel bei Benfica Lissabon im Viertelfinale der Champions League; es war so am Mittwoch, 20. April 2016, und es war wieder so am Sonntag, 1. Mai 2016, vor dem Halbfinale gegen Atlético Madrid. Pep konzentrierte sich an jenen Vormittagen darauf, eine Strategie gegen die jeweiligen Gegner zu entwickeln: sich einen Spielplan auszudenken, Videos über den Gegner anzuschauen und sich zu überlegen, welche Anweisungen er seinen Spielern geben würde.

DIE ANALYSE ENTSCHLACKEN

München, 1. Mai 2016

Irgendwann beim Abendessen sagt Guardiola leise:

»Ich bin blockiert. Ich habe so viel darüber nachgedacht, wie man gegen Atlético angreifen und wie man verteidigen soll, dass ich absolut gesättigt bin. Jetzt muss ich alles entschlacken und das Wesentliche freilegen. Schlafen, den Kopf freikriegen, ihn säubern, bis nur noch das Konzentrat bleibt, die zwei oder drei grundlegenden Ideen.«

Am nächsten Morgen ist die Blockade verschwunden. Pep wirkt agil und frisch. Sein Sohn Marius spielt auf dem Rasen Fußball mit Leo, dem Sohn von David Trueba. Der Filmemacher und Schriftsteller ist eng mit Pep befreundet. Er ist hoch gebildet, geht kreativen Prozessen gern auf den Grund, egal in welchem Umfeld. Er weiß, dass Pep drei Tage lang seine »Software geladen«, Varianten und Angriffsmöglichkeiten gegen Atlético ausgeheckt hat, und er erklärt uns, wie Pep sich in diesen wenigen Stunden so sehr wandeln konnte.

»Wie Pep sich auf die Partie vorbereitet, erinnert an die Art, wie Bob Dylan seine Songs schreibt. Er kritzelt seitenweise Text auf Papier, und dann kürzt er so lange, bis nur noch das Wesentliche übrig bleibt.«

Die Analyse ist ein einsamer schöpferischer Akt. Am Sonntagmorgen, zwei Tage vor dem Halbfinale der Champions League, hat Pep alles auf eine einzige Frage reduziert:

»Benatia oder Boateng. Die anderen stehen fest.«

Trotzdem macht er sich nach wie vor Gedanken, wie er seine Mannschaft am besten einstellen soll.

»Wir brauchen ein Tor, aber wenn wir die Spieler zu sehr auf Kontrolle ausrichten, auf Geduld, auf Ruhe am Anfang, bringen wir sie womöglich auf die falsche Spur. Und wenn wir Energie und Elektrizität verlangen, lassen wir sie womöglich ins Verderben rennen. Es ist nicht leicht, die richtige Balance zu finden zwischen kühl und geduldig und energisch und offensiv. Es kommt auf die jeweils richtige Dosis an.«

Abgesehen von den drei konkreten Einheiten, in denen Pep nicht anwesend war, verläuft ein typischer Trainingstag folgendermaßen: Das Trainerteam bereitet die Basis vor: Domènec Torrent und Lorenzo Buenaventura richten sich nach den strategischen Anweisungen Guardiolas, die sich wiederum nach den Vorgaben richten, die Carles Planchart ausgearbeitet hat. Planchart ist für die Analyse des Gegners zuständig und somit ein entscheidender Mann, weil Guardiola seine Taktik spezifisch am Profil des Gegners ausrichtet. Torrent und Buenaventura legen täglich einen speziell ausgearbeiteten Trainingsplan vor, der dann von Guardiola abgesehnet oder modifiziert wird. Das gesamte Trainerteam trifft sich anderthalb Stunden vorher und diskutiert den Inhalt der Einheit, wobei es alle konkreten Umstände des jeweiligen Tages miteinbezieht: Klima, verletzte oder angeschlagene Spieler, Spieler, die erst wieder zum Team hinzustoßen, Notwendigkeit von Rotation, Spezialaufgaben für bestimmte Spieler, aber auch Gefühle und Stimmungen, persönliche wie kollektive. Am Ende dieses Treffens steht die Einheit fest, die dann von Guardiola persönlich geleitet wird. Die anstrengende Vorbereitung bleibt ihm auf diese

Weise erspart. Er gibt sein Okay oder modifiziert oder bestimmt auf seine energiegeladene Art, er korrigiert, was immer er für nötig hält, aber er verwendet nur anderthalb Stunden seiner täglichen Zeit auf diese Aufgabe und kann sich daher voll und ganz darauf konzentrieren, die spezifische Taktik auszuarbeiten. Die Einheit endet stets mit einer weiteren Versammlung des gesamten Trainerstabs auf dem Rasen, um das Training zu bewerten und die Grundzüge für das nächste Training festzulegen. Den restlichen Tag kann sich Pep seiner anderen großen Aufgabe widmen: der detaillierten Vorbereitung der nächsten Partie.

Guardiola ist nicht der Einzige im Trainerstab, der seine Energie möglichst effektiv einsetzen will. Alle haben einen Weg gefunden, sich auf ihre spezifische Aufgabe zu konzentrieren. Domènec Torrent hat über zweihundertmal neben Pep auf der Bank gesessen, hat an ebenso vielen taktischen Besprechungen teilgenommen und unzählige Male Standardsituationen üben lassen. Carles Planchart hat sich über 1 150 Spiele gegnerischer Teams angesehen, um ihre Schwachpunkte auszumachen. Und Lorenzo Buenaventura hat sich eine Unzahl von Übungen zur Verbesserung von Technik, Taktik und Fitness ausgedacht für die 835 Trainingseinheiten, die Pep bei Bayern geleitet hat. Auch sie haben dank ihrer Erfahrungen in München einen großen Schritt nach vorne getan.

KRITERIEN FÜR DIE ROTATION

München, 14. August 2015

Welcher Spieler wie viele Minuten auf dem Platz erhält, ist nicht vom Zufall abhängig. Vielmehr ist es die Konsequenz einer Strategie, die Pep bei einem Abendessen im Restaurant der Allianz Arena erläutert, kurz nachdem er sein erstes Saisonspiel gewonnen hat (5:0 gegen den HSV).

»Zum Beispiel Xabi Alonso. Xabi muss man einsetzen wie heute. Man lässt ihn 70 Minuten spielen, damit er das Team ordnen und organisieren kann, bis der Gegner müde ist. Und dann ab auf die Bank zum Ausruhen. Wir brauchen für April und Mai einen Xabi, der frisch ist, damit uns nicht noch mal passiert, was letzte Saison passiert ist. Auch das Duo Lahm/Rafinha muss man so einsetzen. Rafinha ist extrem wichtig für das Team, und ich werde ihn oft so bringen wie heute (die letzten 35 Minuten). Wenn der Gegner nachlässt und groggy wird, bringt Rafinha Schnelligkeit und Ausgebufftheit auf den Platz. Wenn er reinkommt, rückt Philipp [Lahm] ein Stück nach vorne und in die Mitte, und zusammen tun sie dem Gegner richtig weh. Damit das klappt, muss Lahm vorher die Gegner müde spielen, von der ersten Minute an, er muss sie rennen lassen und immer auf Trab halten. Damit ihnen Rafinha, wenn wir ihn bringen, mit seiner Elektrizität den Rest gibt.