

Von **Dirk Schlickmann**

Wenn am Montag (28. Juni) das Turnier in Wimbledon beginnt, startet Alexander Zverev (24) den nächsten Versuch, endlich seinen ersten Grand-Slam-Titel zu holen. „Das ist der Grund, warum ich Tennis spiele“, sagt der Weltranglisten-Sechste.

15 Turniere hat er schon gewonnen, aber noch keines der vier großen. Zuletzt stand er zweimal dicht davor. Im Finale der US Open 2020 gegen Dominic Thiem (27) fehlten ihm zwei Punkte zum Sieg – er verlor. Im Halbfinale der French Open gegen Stefanos Tsitsipas (22) hatte er im ersten Spiel des fünften Satzes drei Breakbälle – doch es gewann der Grieche.

Was Zverev für einen Grand-Slam-Titel noch fehlt, ist allen Experten klar: die mentale Stärke!

„Zverev hat alles, was man braucht: einen gewaltigen Aufschlag, eine wahnsinnig gute Rückhand, eine starke Vorhand, auch sein Volleyspiel ist besser geworden.

Man sieht, was

SEINE BISHERIGEN ERFOLGE

TURNIER	2015	2016	2017	2018	2019	2020	2021
Australian Open	1Q	1R	3R	3R	AF	HF	VF
French Open	2Q	3R	1R	VF	VF	AF	HF
Wimbledon	2R	3R	AF	3R	1R	n.a.	-
US Open	1R	2R	2R	3R	AF	F	-

ZEICHENERKLÄRUNG: F, HF, VF, AF = Einzug ins Finale / Halbfinale / Viertelfinale / Achtelfinale; 1R, 2R, 3R = Ausscheiden in der 1. / 2. / 3. Hauptrunde bzw. 1Q, 2Q, 3Q = Ausscheiden in der 1. / 2. / 3. Qualifikationsrunde

für ihn möglich ist“, sagt der ehemalige Weltranglisten-Zweite Tommy Haas (43). „Aber er ist mental noch nicht so stark. Er wird nervös, wenn der Turniersieg oder das Finale greifbar sind. Dann kämpft er mit seinen Nerven. Aber er muss in kritischen Situationen aggressiver und mutiger spielen. Auf Fehler des Gegners zu warten reicht auf dem Niveau nicht.“

Bruder Mischa Zverev (33) stimmt zu: „Sascha war in Paris im fünften Satz gegen Tsitsipas zu passiv. Er hätte das Ruder in die Hand nehmen sollen.“

Eurosport-Experte Boris Becker (53) sagt: „Zverev muss raus aus seiner

Komfortzone und riskanter spielen. Er muss den Erfolg erzwingen und agieren, statt zu reagieren.“

Große Tennis-Matches werden im Kopf entschieden. Doch seinen Kopf trainiert Fitness-Fanatiker

Zverev, der in der Corona-Pause sechs Kilo Muskelmasse dazugewann, nicht.

Auf einen Mentaltrainer verzichtet er im Gegensatz zu vielen Stars. Für Mental- und Tennistrainer Markus Hornig (56), der unter anderem die Frauenfußball-Nationalmannschaft bis zum Olympiasieg 2016 betreute, ist das ein Fehler: „Mentales Training würde Zverev weiterbringen“, sagt er. „Der größte Unterschied zwischen Djokovic und



Tennis- und Mentaltrainer **Markus Hornig**

Zverev ist das Mentale. In kritischen Situationen besinnt sich der Serbe auf sich und seine Stärken. Im legendären, fast fünfstündigen Wimbledon-Finale 2019 war das ganze Stadion auf der Seite von Federer und hat ihn angefeuert mit ‚Roger, Roger!‘-Rufen. Doch Djokovic hat sich eingeredet, dass die Zuschauer ‚Novak, Novak!‘ rufen. So hat er das Spiel gewonnen. Solche mentalen Tricks können viel ausmachen. Man kann sich selbst starkreden!“

Der Weltranglisten-Erste Djokovic geht regelmäßig in den Wald und umarmt Bäume, weil er glaubt, so Energie aus ihnen ziehen zu können. „Das sollte man nicht belächeln, denn genau solche Dinge entscheiden am Ende“, sagt Hornig. „Während Wimbledon meditiert Djokovic regelmäßig mit den Mönchen im Buddhapadipa-Tempel in London. Das hilft ihm in den entscheidenden Momenten, seine Konzentration aufrechtzuerhalten.“

Seit Kurzem probiert es Zverev vor wichti-

Das fehlt
ZVEREV
GRAND-SL

gen Spielen zwar auch mit Meditation. Das Ergebnis überzeugt Fachmann Hornig aber noch nicht: „Früher war Zverev in Matches zu emotional, zertrümmerte Schläger und brachte sich so aus dem Konzept. Aber jetzt ist es ins Gegenteil umgeschlagen. Mir wirkt er jetzt zu ruhig. Er sollte sich mehr pushen und auch seine Körpersprache mehr einsetzen.“

Zverev sagt dazu: „In den letzten Jahren habe ich mich zu sehr unter Druck gesetzt. Bevor Tsitsipas und Medvedev kamen, erwarteten alle, dass ich die Tenniswelt übernehme. Das hat mir eine Riesenlast aufgebürdet. Ich war zu ungeduldig. Jetzt bin ich ruhiger beim Turnier.“

Zu ruhig? „Zverev absolviert einen Reifeprozess. Es ist eine Frage der Zeit, wann er sein erstes Grand-Slam-Turnier gewinnt“, sagt Haas. „Er kann noch zehn Jahre auf höchstem

Niveau spielen.“ In Wimbledon ist aber erneut Djokovic der große Favorit. „Ihn treibt der Ehrgeiz an, der Beste aller Zeiten zu werden und mindestens 21 Grand-Slam-Turniere zu gewinnen“, sagt Haas. Bislang hat Djokovic 19, eines weniger als Roger Federer (39) und Rafael Nadal (35). ●

Schmächtiger Junge: Zverev mit 15 Jahren. Damals wog er etwa 70 Kilo. Heute ist er einer der fittesten Spieler der Tour

Alexander Zverev ist 1,98 Meter groß und wiegt 90 Kilo. Im vergangenen Jahr legte er sechs Kilo Muskelmasse zu

In Wimbledon will der deutsche Tennis-Star endlich auf den Titel-Thron. Doch Experten halten ihn mental für noch zu schwach

noch zum AM-TITEL