

NGZ-SPORTLER DES MONATS JUNI

# Hamza Touba will sich bis nach Rio durchboxen

Von der Premiere der Europäischen Spiele in Baku kehrte der Kaarster Boxer mit einer Bronzemedaille und einer Fülle von positiven Eindrücken im Gepäck zurück. Das hat Hamza Toubas Motivation noch einmal verstärkt, sich für die Olympischen Spiele 2016 in Rio de Janeiro zu qualifizieren.

VON HANNAH NEHRIG

**KAARST** „Zufrieden bist du als Sportler erst, wenn du Gold gewonnen hast“, sagt Hamza Touba. Der 52 Kilogramm schwere Boxer der SG Kaarst nahm bei den ersten Europäischen Spielen in Baku teil und erreichte dort den dritten Platz. „Natürlich ist es gut, mit einer Medaille von den Spielen nach Hause zu fahren. Doch Baku war nur eine Haltestelle. Das große Ziel heißt Rio.“ In Aserbaidschan konnte der 23-jährige schon mal Olympische Luft schnuppern: „Es war mein erster Wettkampf bei einem großen Event, auf dem so viele Sportarten vertreten sind. Die Eröffnungsfeier war gigantisch und die Stimmung im Olympischen Dorf super. Ich möchte unbedingt diese Erfahrungen noch mal erleben.“

Touba hat die Teilnahme an Olympischen Spielen seit langem fest im Blick und richtet sein Leben komplett auf den Sport aus. Seine sportliche Karriere begann allerdings beim KSK Konkordia Neuss mit dem Ringen: „Vor allem Hermann-Josef Kahlenberg, der ehemalige Präsident der KSK, hat mich in meiner Ringerkarriere begleitet und unterstützt mich auch heute noch.“ Weiter ging es für den 1,70 Meter großen Sportler beim Boxing Neuss mit seinem Trainer Ralf Schulz. Unter ihm gewann Touba mit gerade mal zwölf Jahren seinen ersten Deutschen Meisterschaftstitel. Mit 14 Jahren wurde der



Im Halbfinale gegen Lokalmatador Elvin Mamishzada (l.) aus Aserbaidschan musste sich Hamza Touba zwar geschlagen geben, dennoch kehrte der Kaarster voll positiver Eindrücke von den Europaspielen aus Baku zurück. FOTO: DPA

Deutsch-Marokkaner vom Bundestrainer gesichtet und eingeladen, ins Sportinternat zum Stützpunkt Heidelberg zu ziehen. „Und schwupps war ich 300 Kilometer von meinen Eltern entfernt“, erzählt der Neusser, „das hat mein gesamtes Leben verändert. Ich trainierte härter und disziplinierter und auch die Schule musste durchgezogen

werden.“ Nach dem Schulabschluss begann der zweimalige Deutsche Meister eine Ausbildung in Heidelberg, um weiterhin am Olympiastützpunkt zu trainieren. „Ich bin nun im zweiten Lehrjahr, werde aber jetzt freigestellt, um mich zu hundert Prozent auf den Sport zu fokussieren“, sagt der NGZ-Sportler des Monats Juni, der mit dieser Aus-

zeichnung nicht gerechnet hätte und sich über die Anerkennung in seiner Heimatstadt freut. „Meine Trainer und ich schätzen meine Chance für eine Teilnahme an den Olympischen Spielen sehr gut ein. Ich habe mir ein optimales Umfeld aufgebaut, jetzt muss ich nur hart trainieren und unverletzt bleiben, dann sind alle Türen offen.“ Die



Hamza Touba ist ein Gefühlsmensch: Hier küsst der 23-Jährige den Ringboden nach seinem Kampf bei den Europaspielen in Baku. FOTO: DPA

nächste Qualifikationsmöglichkeit ist bei der Weltmeisterschaft im Oktober in Kazan. Wenn Touba, der 2014 zur SG Kaarst wechselte, dort den ersten Platz belegt, kann er bereits sein Ticket für Rio lösen.

„Unterwerfe dich einer Sache und lebe für eine Sache, dann kannst du alles schaffen“, lautet das Motto des selbstbewussten Boxers. Es wird ein harter Weg, aber seine Motivation ist enorm: „Ich liebe diesen Sport. Boxen ist eine vielseitige Sportart, wo man so gut wie alle Muskelgruppen trainiert. Man muss hart und diszipliniert trainieren. Das alles ist mit hohen Kosten verbunden für Trainingslager, Physiotherapie und Ausstattung. Ich bin auf dem Weg nach Rio auf jegliche Art von Spon-

soren angewiesen.“ Nach den Europaspielen stand erstmal trainingsfrei auf dem Programm. Doch bereits Ende Juli beim Urlaub in der Türkei mit seiner Frau wird Hamza Touba mit dem Grundlagentraining wieder beginnen.

**GUTSCHEIN**

**Ein Monat Training bei medicoreha in Neuss**

**Gewinnerin** Claudia Erdmann aus Kaarst

**Gutschein** Einn Monat kostenloses Training bei der medicoreha in Neuss, Preußenstraße. Bitte vorab Termin vereinbaren

**westticket.de HIGHLIGHTS AN RHEIN UND RUHR**

Alles lief nach Plan. Aber der Plan war kacke.

# DESASTER

Justus von Dohnányi  
Jan Josef Liefers  
Stefan Kurt

**westticket.de NRW-Premiere**

## COMMERZ REAL CINEMA

AN DER DÜSSELDORFER RHEINTERRASSE

### 16.7.2015

**westticket.de • 0211-274000**

**EVENTS UND TERMINE**

**EINKAUFEN UND AUSGEHEN**  
www.st-toeiser-obsthof.de

**MUSIKER UND KLEINKÜNSTLER**

- FELIX** - Zauberkunst die Freude macht. Beste Unterhaltung für viele Anlässe. 0157 / 78 889 835 www.felix-der-zauberer.de
- BAUCHREDNER**, Zauberkünstler bringt Stimmung auch in Ihre Betriebs-, Vereins- oder Privatfeier. ☎ 0 24 06 / 51 81
- Helios & Do-Zaubershow**, ☎ 0 21 61 / 8 63 54
- www.bauchrednermicha.de** 02 11 / 31 95 49
- LIVE-PIANO** detlefburket.de ☎ 02137/9208357
- ALLEINUNTERHALTER** ☎ 02 08 / 85 14 77
- Festlich o. fetzig, Gitarre live**, 0203/75997488

**MÄRKTE UND BÖRSEN**

**Treffpunkt Trödel Markt**  
Über 600 Aussteller  
11-17 Uhr  
Düsseldorf Parkplatz  
Messe P1  
Anfahrt: A44 Abf. Messe/Arena

**Gar du Neuss, Trödel und Antikmarkt.**  
Endlich wieder richtig trödeln – ganz so, wie man es von früher kennt und schätzt. Jeden Samstag 8 - 16 Uhr u. jeden Sonntag im Monat 11 - 18 Uhr, Karl-Arnold-Str. 3 - 5, 41462 Neuss (direkt am Hbf) www.junge-maerkte.com

**TOURISMUS/TOURISTIK**

**3-TAGE BERLIN**  
Erleben Sie die neue alte Hauptstadt  
Unsere Leistungen:  
- Fahrt im modernen Reisebus  
- 2x Übernachtung in Berlin in einem sehr guten Hotel  
- 2x Frühstücksbuffet  
- alle Zimmer mit Bad/DUWC, Telefon, Radio, Farb-TV

**HAUPTS**  
Original WTS-Reise - faire Preise - sichere Reise!  
Ausflugsmöglichkeiten:  
Spreewald inkl. Kahnfahrt  
Potsdam  
NEUE ROUTE auf Mauerspuren  
14.08.2015 - 16.08.2015  
21.08.2015 - 23.08.2015  
25.09.2015 - 27.09.2015

**HAUPTS**  
Bei uns punkten Sie mit Ihrer PAYBACK-Karte  
24 Stunden Online buchen: www.haupts-reisen.de

**Erlebnisreisen**  
Ötztal / Längenfeld (Abendessen a la carte) HP € 645,-  
8 Tage 26.07.2015 - 02.08.2015  
Chiemsee - Königsee - München im Hotel Seeblick in Obing am See 6 Tage 04.08.2015 - 09.08.2015 HP € 499,-  
Malerische Masuren Stettin - Danzig - Masuren - Posen 8 Tage 09.08.2015 - 16.08.2015 HP € 669,-  
Heideblüte in der Lüneburger Heide im Hotel Fuchs in Handeloh 7 Tage 16.08.2015 - 22.08.2015 HP € 559,-  
Schwarzwald, die Urlaubsregion im Hotel Grünwinkel Oberarmersbach 8 Tage 30.08.2015 - 06.09.2015 HP € 569,-  
Südtirol - Dolomiten Eisaektal im schönen Hotel Pisselbich in Nat 8 Tage 30.08.2015 - 06.09.2015 HP € 689,-  
Ostseeinsel Rügen - das Urlaubsparadies im Kurhotel Sesselt 7 Tage 12.10.2015 - 18.10.2015 HP € 569,-

**Urlaub im sonnigen Ahrtal**  
im Hotel Lang in Altenahr 6 Tage 6.9.15 / 20.9.15 HP € 349,-  
**Erholen an der lieblichen Mosel**  
im Hotel Brixiade/Hotel Triton, Cochem (Schwimmbad) 6 Tage 30.8.15 / 13.9.15 / 27.9.15 HP € 389,-

**Tagesfahrten**  
Domburg / Badefahrt (Kinder bis 12 Jahre € 21,-) 18.7. / 25.7. / 1.8. / 8.8. HP € 30,-  
Luxemburg 29.7. / 21.10. HP € 35,-  
von der Ahr in die Eifel 12.8. inkl. Mittagessen HP € 38,-  
Großfeuerwerk Braubach/Koblenz 8.8. inkl. Schifffahrt, Mittag- & Abendessen € 95,-  
Unsere Reisen sind auch in vielen Reisebüros buchbar  
☎ 02161 / 820980

**Ihr Partner für Busreisen**  
Städte- und Erlebnisreisen ab Essen, Düsseldorf, Neuss, Wuppertal und allen Städten im Kreis Mettmann

24.07. Lüneburger Heide	3-Tage-Reise	2 x Ü/HP	ab € 278,-
26.07. Leipzig-bunt gemischt	4-Tage-Reise	1 x Ü/F + 2 x HP	ab € 385,-
01.08. Potsdam - Usedom mit BUGA	7-Tage-Reise	6 x Ü/HP	ab € 689,-
02.08. Schweizer Bahnzauber	6-Tage-Reise	5 x Ü/HP	ab € 948,-
02.08. Görtitz - Spreewald	7-Tage-Reise	6 x Ü/HP	ab € 798,-
09.08. Hamburg	5-Tage-Reise	2 x Ü/HP	ab € 218,-
09.08. Dresden - Sommergespitz	5-Tage-Reise	3 x Ü/F + 1 x HP	ab € 335,-
13.08. Schätze der Normandie	5-Tage-Reise	4 x Ü/HP	ab € 640,-

**Motorjacht** 32 Fuß, neuwertig, zu vermieten, an der Adriaküste, Info: 0160 / 82 46 562

**NRW IST SCHÖN!**  
Damit das so bleibt, fördern wir seit 20 Jahren ehrenamtliche Initiativen, die sich für Naturschutz, Heimat- und Kulturpflege in Nordrhein-Westfalen engagieren.  
Bewegen Sie etwas in NRW und werden Sie Mitglied im Förderverein! Nur mit Ihrer Hilfe können wir die Schönheit der Natur und die kulturelle Vielfalt unserer Heimat bewahren.  
NEUGIERIG? www.nrw-stiftung.de oder direkt Infomaterial anfordern:

**FÖRDERVEIN NRW-STIFTUNG**  
NATUR · HEIMAT · KULTUR  
Roßstraße 133 • 40476 Düsseldorf

**Sportvereine**  
Für alle ein Gewinn  
DEUTSCHER SPORTBUND  
http://www.dsb.de