

## Marek Ulrich: Im Sommer im Motivationsloch, jetzt im Flieger zur WM nach Australien



Ein Seuchenjahr mit den verpassten Welt- und Europameisterschaften geht für den Leipziger Schwimmer Marek Ulrich bei der Kurzbahn-WM in Melbourne positiv zu Ende. Noch plagen ihn jedoch Ohrenschmerzen.



[Frank Schober](#)

06.12.2022, 18:27 Uhr

Leipzig. Schwimmer und Ohrenschmerzen – dies ist für viele Athletinnen und Athleten im nassen Element eine häufig wiederkehrende und unschöne Symbiose. Marek Ulrich hat es ausgerechnet kurz vor seinem Abflug zu seinem verspäteten Saisonhöhepunkt erwischt. An diesem Dienstag hob der Flieger zur bislang weitesten Wettkampfreise des Leipziger SSG-Schwimmers ab: Der Olympia-Halbfinalist gehört zum kleinen deutschen Team, das ab dem 13. Dezember im fernen Melbourne um Top-Platzierungen bei den Kurzbahn-Weltmeisterschaften kämpft. Ohrenschmerzen hat der 25-Jährige im Gegensatz zu vielen Kollegen eher selten. Dass die Gehörgang-Entzündung ausgerechnet jetzt auftritt, passt zu seinem Seuchenjahr 2022.

### Ulrich ist Feuer und Flamme

Denn erst vergeigte der SSG-Mann nach Schulterschmerzen und vielen Krankheiten im Frühjahr die WM-Qualifikation. Als er sich endlich zurück gekämpft und das EM-Ticket für Rom ergattert hatte, wurde er im Sommer von Corona ausgebremst. „Ich habe ja zum Glück noch eine Woche Zeit bis zum WM-Beginn. Da wird sich das Ohr beruhigen. Und vor Ort kann ich mich an die kurze Bahn gewöhnen, denn zu Hause trainieren wir in der Uni ja immer auf der 50-Meter-Bahn. Außerdem setze ich darauf, dass der Abstand zum letzten Höhenttraining in der Türkei jetzt optimal ist.“ Der gebürtige Dessauer lässt sich also die Vorfreude nicht nehmen. Ohnehin ist er wieder Feuer und Flamme für den wohl letzten Teil seiner Schwimm-Karriere, der ihn 2024 noch einmal zu Olympia nach Paris führen soll. Dass

er im Oktober gleich beim ersten Saisonstart – dem Weltcup in Berlin – das WM-Ticket über 50 m Rücken gelöst hat, gab dem Schützling von Frank Embacher zusätzlichen Aufwind.

Sein jetziger Optimismus steht im krassen Gegensatz zu seinem sommerlichen Motivationsloch. Unumwunden gibt der Sportsoldat zu: „Nach meiner EM-Absage wegen Corona war ich gedanklich ganz woanders. Ich habe echt überlegt, ob das mit der Schwimm-Karriere noch Sinn macht oder ob ich aufhören soll.“ Letztendlich habe ihm seine Freundin darin bestärkt, zwei Jahre vor Olympia nicht aufzugeben. Zudem sagt der Zwei-Meter-Mann: „Ich hatte ja 2018/19 schon mal aufgehört und festgestellt, dass das Leben ohne Schwimmsport nichts für mich ist. Ohne diese Erfahrung wäre diesen Sommer wohl definitiv Schluss gewesen.“

Positiv sei im Spätsommer zudem ein Gespräch mit seinem Coach verlaufen, einige Dinge zu ändern. „Es gab Zeiten, da sind wir einfach nur das Programm abgeschwommen, das auf der Tafel stand. Besser ist es aber zu hinterfragen und zu verstehen, warum wir zu welchem Zeitpunkt welche Serien schwimmen. Das ist jetzt der Fall. Zudem bringen wir älteren Sportler uns in die Planung mit ein.“ Zum Beispiel schwimme er lange Grundlagenstrecken jetzt häufiger in seiner Spezialdisziplin Rücken statt zu kraulen. „Das ist wesentlich anstrengender und zahlt sich aus“, ist sich Marek Ulrich sicher. Dass die Kurzbahn nur eine Zwischenstation Richtung WM 2023 darstellt, ist dem Wahl-Leipziger bewusst: „Deswegen nutze ich in Melbourne auch die freien Wettkampftage zum Training.“