

## **Sarah Kobeissi: K1-Weltmeisterin und erfolgreiche Absolventin der Paul-Julius-von-Reuter-Schule**

Bei den WKUWORLD WM-Titelkämpfen am 8. Juni 2024 in der Nordhessen Arena in Kassel war der Kampf von Sarah Kobeissi einer der Höhepunkte des Abends. Die 21-jährige Athletin besiegte ihre britische Gegnerin Elia Dewu nach Punkten und sicherte sich den K1-Weltmeistertitel. Dies war ihr dritter Profi-Titelkampf, bei dem sie sich den WKU-World Champion-Titel sichern konnte, nachdem sie zuvor Europa- und Deutsche-Meisterin geworden war. Insgesamt hat Sarah in den letzten drei Jahren 15 Kämpfe bestritten und ist immer noch ungeschlagen.

Sarah Kobeissi, in Kassel geboren und aufgewachsen, betreibt seit acht Jahren Kickboxen und trainiert unter der Anleitung von Kassels Kickbox-Legende Marinko Neimarevic. Sie startet für dessen Phoenix-Sportakademie-Team. Neben ihrer sportlichen Karriere hat Sarah 2021 ihre Fachhochschulreife an der Paul-Julius-von-Reuter-Schule erworben und im Juli 2024 ihre Ausbildung zur Sport- und Fitnesskauffrau erfolgreich abgeschlossen.

Am Tag der Übergabe des Berufsschulzeugnisses an der Reuterschule gab Sarah Kobeissi das folgende Interview:

*Sie haben beeindruckende Erfolge erzielt und sind Deutsche Meisterin, Europameisterin und Weltmeisterin. Können Sie uns erklären, was K1-Kickboxing ist und wie die Wettkämpfe ablaufen?*

**Sarah:** K1-Kickboxing ist eine Kampfsportart, die Boxtechniken, Kicktechniken und Knietechniken kombiniert. Im Profibereich dauern die Kämpfe bei Meisterschaften fünf Runden zu jeweils drei Minuten. Im Amateurbereich dauern die Runden jeweils zwei Minuten.

*Das klingt sehr anstrengend. Wie bereiten Sie sich auf solche Wettkämpfe vor?*

**Sarah:** Ja, das ist definitiv anstrengend, deshalb bereitet man sich gründlich vor. Ich habe seit Februar intensiv trainiert, sechs bis sieben Mal pro Woche, manchmal sogar zweimal am Tag. Mein Training umfasst Crossfit, Krafttraining und vor allem Thai-Boxen. Ich arbeite eng mit meinem Head-Coach Marinko Neimarevic zusammen, dem Inhaber und Trainer der Phoenix-Sportakademie. Im April hatte ich bereits einen internationalen Titelkampf gegen eine starke Niederländerin, den ich gewinnen konnte. Das war eine wertvolle Erfahrung für mich.

*Wie lange trainieren Sie täglich?*

**Sarah:** In der Vorbereitung trainiere ich meist zweimal am Tag, insgesamt etwa drei Stunden. Das Training umfasst Crossfit und Thai-Boxen. Mein Trainer und ich halten uns an einen Gameplan, was uns zum Erfolg führt.

*Wer sucht Ihre Gegnerinnen aus?*

**Sarah:** In Deutschland gibt es sogenannte Matchmaker, die die Gegnerinnen auswählen. Für meine letzten Kämpfe hat uns der Matchmaker von PFC geholfen, der ebenfalls für We Love MMA [Mixed Martial Arts], einer großen und seriösen MMA-Organisation in Deutschland, arbeitet. Es gibt immer einen Matchmaker, der die Kämpfe organisiert.

*Wie lange behalten Sie Ihren Titel?*

**Sarah:** Der Titel gehört mir, aber ich kann jederzeit von jemandem herausgefordert werden. Der Verband WKU [World Kickboxing and Karate Union], der weltweit bekannt ist, kontrolliert das. Der WKU-Präsident Klaus Nonnemacher entscheidet, wer bereit ist, den Titel herauszufordern.

*Können Sie eine Herausforderung ablehnen?*

**Sarah:** In Absprache mit meinem Team kann ich entscheiden, ob ich bereit bin, den Kampf anzunehmen. Aber grundsätzlich kann jeder kommen und meinen Gürtel herausfordern. Ich habe damit kein Problem.

*Ist Kickboxing eine reine Individualsportart oder sehen Sie sich als Teil eines Teams?*

**Sarah:** Im Ring steht man alleine, aber vieles wäre ohne ein Team nicht möglich. Ich habe Trainingspartner, einen Ernährungskoach, meine Trainer und die Unterstützung der Phönix-Sportakademie. Man gibt sich gegenseitig Tipps und unterstützt sich. Es ist definitiv ein Teamsport, auch wenn man im Ring alleine kämpft.

*Wie sind Sie zum Kickboxing gekommen?*

**Sarah:** Mit 15 Jahren hatte ich Interesse am Boxen. Damals war ich übergewichtig. Jemand hielt mir Pratzten hin und ich wollte es ausprobieren. So kam ich zur Phönix-Sportakademie, wo ich seit acht Jahren trainiere. Ich habe mich einfach in diesen Sport verliebt.

*Wie wichtig sind Talent und Disziplin in Ihrem Sport?*

**Sarah:** Talent ist gut, aber ohne Herz, Disziplin und Durchhaltevermögen bringt es nichts. Für diesen Sport sind Herz, Wille und Disziplin extrem wichtig.

*Haben Sie einen Plan für die Zukunft?*

**Sarah:** Ich habe noch viele Ziele, die ich erreichen möchte. Es gibt große Organisationen in Europa und Asien, wo ich gerne kämpfen würde. Mein Ziel ist es, dort zu den Besten der Welt zu gehören und durch das Kämpfen Geld zu verdienen.

*Arbeiten Sie jetzt nach Ihrer Ausbildung zur Sport- und Fitnesskauffrau weiterhin neben dem Sport?*

**Sarah:** Ja, ich arbeite in der Phönix-Sportakademie, wo ich auch meine Ausbildung gemacht habe. Dort bin ich fest angestellt und kann mich gut auf meine sportliche Karriere konzentrieren.

*Gibt es eine finanzielle Unterstützung durch Sponsoren oder die Deutsche Sporthilfe oder eine andere Stiftung?*

**Sarah:** Leider kenne ich mich damit nicht so gut aus. Wir sind dabei, Sponsoren zu suchen und aktiver zu werden. Eine Frau aus der VW-Marketingabteilung hilft mir dabei.

*Wie lange dauert es noch, bis Kickboxing eine olympische Sportart wird?*

**Sarah:** Es wird darüber diskutiert. Dieses Jahr werden in Paris erstmals Muay Thai- und Kickboxkämpfer vorgestellt. Es wäre ein großer Schritt für den Sport, wenn Kickboxing olympisch wird.

*Wie ist das Verhältnis von Männern und Frauen in Ihrer Sportart?*

**Sarah:** Männer werden oft mehr gepusht, aber es gibt immer mehr Frauenkämpfe. In Deutschland ist es immer noch ein männerdominierter Sport, aber er wird für Frauen immer populärer. Frauenkämpfe sind oft schneller und technisch anspruchsvoller, was sie spannend macht, weshalb ich mir sicher bin, dass wir in Zukunft auch mehr Frauen kämpfen sehen werden.

*Trainieren Sie mit Männern?*

**Sarah:** Ja, wir trainieren gemischt. Frauen können genauso hart trainieren wie Männer. Oftmals sind Frauenkämpfe sogar schöner anzusehen, weil sie schneller sind und mehr Techniken zeigen. Im Training können wir alle voneinander lernen, egal ob Mann oder Frau.

*Haben Sie Verletzungen gehabt?*

**Sarah:** Bisher hatte ich Glück und keine ernsthaften Verletzungen. Ich habe 15 Kämpfe gewonnen und keinen verloren.

*Werden Sie von Ihrer Familie unterstützt?*

**Sarah:** Ja, meine Familie unterstützt mich sehr. Mein Vater hat mich oft zu Wettkämpfen gefahren und meine Mutter unterstützt mich mit der Vorbereitung meines Essens. Auch mental unterstützen sie mich sehr und zeigen viel Verständnis dafür, dass ich so viel Zeit fürs Training aufbringen muss. Sie stehen voll hinter mir.

*Gibt es sportliche Vorbilder in Ihrer Familie?*

**Sarah:** Nein, ich bin die Einzige mit so viel Erfolg im Kampfsport. Mein Onkel ist Marathonläufer, aber in meiner Familie gibt es niemanden, der Kampfsport betreibt.

*Sollte es mehr Werbung und Öffentlichkeit für Ihren Sport geben?*

**Sarah:** Ich finde es schade, dass Kickboxing so wenig Öffentlichkeit bekommt. Es wäre wichtig, die richtigen Leute anzusprechen, um mehr Aufmerksamkeit zu erlangen, auch im Fernsehen. Es gibt viele talentierte Frauen und auch Männer, die mehr Anerkennung verdienen. Kickboxen ist ein respektvoller Sport mit viel Mindset und Mentalität, was viele nicht wissen.

Sarah Kobeissi bei der Übergabe der Berufsschul-zeugnisse an der Paul-Julius-von-Reuter-Schule am 11. Juli 2024 durch Christoph Diederich, Klassenlehrer der Sport- und Fitnesskaufleute, und Markus Seibert, Abteilungsleiter Berufsschule.



Interview und Fotos: Rainer Beckert



