

Dribbeln für Gold

Eine Krankheit in der Jugend krepelte ihr Leben um – aber Maya Lindholm lässt sich nicht so leicht aufhalten. Heute spielt die Hamburgerin Rollstuhlbasketball in der Bundesliga und für die Nationalmannschaft.

TEXT Andrea Guthaus FOTO Melina Mörsdorf



In der Pubertät sind Körper und Seele Großbaustellen. Für Maya Lindholm ist als 14-Jährige aber noch viel mehr aus den Fugen geraten als Hormone und Synapsen. Eine Rückenmarksentzündung brachte sie in den Rollstuhl, ganze neun Monate machte sie nach der Erkrankung eine Reha: lernte Rolli zu fahren, sich im Sitzen anzuziehen und allein auf die Toilette zu gehen. Danach zog sie mit ihrer Familie in eine barrierefreie Wohnung: „Am schlimmsten war der Schulwechsel. Es ist ein Horror, das sichere Umfeld zu verlassen, während man sich komplett neu sortiert.“ Aber sie habe auch „Glück“ gehabt, sagt sie. Schließlich würden ihre Arme tadellos funktionieren.

Und ihre Arme braucht sie. Schon in der Reha hat die 31-Jährige mit Rollstuhlbasketball angefangen. Der Sport war für sie ein Anker: „Beim Sport habe ich andere Rollifahrende getroffen, die Auto fahren, allein leben und einen Job haben. Das hat mir gezeigt, dass es weitergeht.“ Für Maya Lindholm ging es weiter – und zwar steil nach oben. Seit 2009 dribbelt sie für die deutsche Nationalmannschaft. In ihrer Vitrine im Wohnzimmer liegen eine Goldmedaille von den Paralympics 2012 in London und eine Bronzemedaille von der Weltmeisterschaft in Hamburg – und das sind nur ihre liebsten Erfolge

der vielen Turniere, die sie rund um den Globus gespielt hat. Ihr nächstes großes Ziel sind die Paralympics 2024 in Paris. Wenn alles gut geht, sind das ihre vierten Paralympics.

In der Bundesliga spielt die SAGA-Mieterin für die BG Baskets. Jede Woche trainiert sie drei bis vier Mal, an den anderen Tagen macht sie Krafttraining, fährt Handbike oder schwimmt: „Ich versuche, einen Tag in der Woche keinen Sport zu machen, und dann koche ich mit meinem Freund, gehe geocachen, treffe mich mit Freunden“, sagt die Mannschaftskapitänin. Zeit ist natürlich immer knapp, denn Maya Lindholm arbeitet Vollzeit: „Meine Arbeitskollegen stehen total hinter mir, sie planen ihre Urlaube um Trainingslager und Wettkämpfe drumherum.“ Als Ergotherapeutin zeigt sie Patientinnen und Patienten mit amputiertem Arm oder kaputter Schulter, wie sie ihren Alltag schaffen und wie es beruflich weitergehen kann.

„Jeder hat Rückschläge im Leben“, sagt sie. „Ich will einfach das Beste daraus machen. Geholfen haben mir meine Familie und Freunde, die spornen mich immer an.“ Einen sehr engen Draht hat sie zu ihrer Oma. Die verfolgt jedes Spiel im Livestream und analysiert anschließend sehr präzise auf Facebook. „Meine Oma ist mein größter Fan, das ist wirklich bezaubernd.“

☞ Körbe werfen im Wilhelmsburger Inselepark: Maya Lindholm trainiert sechs Tage die Woche.