

# Auf dem Sprung nach Miami

**Boxen:** Der Herforder René Kagels bereitet den kubanischen Schwergewichtler José Larduet auf einen Qualifikationskampf vor.

Thomas Vogelsang

**Herford.** Der Weihnachtsmonat Dezember bringt für René Kagels ein besonderes Präsent mit sich. Der Herforder Sportwissenschaftler und Gesundheitscoach wird rund vier Wochen in Hamburg weilen und für den renommierten Boxstall Universum den kubanischen Schwergewichtler José Larduet auf einen Kampf vorbereiten, der Ende Januar entweder in Köln oder in Stuttgart stattfinden soll. Falls Larduet dabei erfolgreich sein sollte, ist vorgesehen, dass er anschließend in den USA in Miami um höhere Meriten boxen wird. Auch da soll Kagels dann dabei sein.

„Ich werde schon beim anstehenden Ausscheidungskampf mit in seiner Ecke stehen. Mit der Aussicht auf Miami werde ich in die Vorbereitung noch eine Extraportion Herzblut mehr reinstecken, wobei die Mitarbeit bei Universum ohnehin richtig viel Spaß macht“, erklärt Kagels, der von der Physis des 1,94-Meter großen Kubaners beeindruckt ist. „Wenn du neben ihm stehst, fühlst du dich wirklich klein.“

„Wir werden täglich zwei bis drei Einheiten absolvieren“

Der Herforder wird sich nun in enger Zusammenarbeit mit Universum-Cheftrainer Robert Harutyunyan um das neurozentrierte Training und sportartspezifische Athletik kümmern. Auch die Ernährung gehört dazu. „Wir werden täglich zwei bis drei Einheiten absolvieren. Die Vorbereitung wird hochwissenschaftlich angegangen, wir werden auch sehr viele Analysen machen“, sagt Kagels. Erste Teile des Trainingsplans seien schon jetzt in die Einheiten Larduets eingebaut.

Beim neurozentrierten Training geht es unter anderem darum, verschiedene Sinnesysteme zu aktivieren. Im Profisport etwa kann eine schnellere Wahrnehmung die Handlungsschnelligkeit erhöhen.



Der Herforder René Kagels bereitet den kubanischen Schwergewichtsboxer José Larduet vom Hamburger Boxstall Universum auf einen Qualifikationskampf vor.

Foto: privat

Kagels: „Da reden wir von Bereichen, in denen schon eine Zehntelsekunde viel ausmachen kann.“ Das Training ist aber genauso gut für den Hob-

bybereich sowie den Alltag geeignet. „Auch im betrieblichen Gesundheitsmanagement findet es inzwischen Anklang, etwa für Mitarbeitende

im Büro, die durch einseitige Belastungen wie die sitzende Tätigkeit am Bildschirm Nackenprobleme bekommen“, sagt Kagels.