

HAUSAUFGABEN PER SMS ZUR CHAMPIONS LEAGUE

SARAH-JANINE FLOCKE ÜBER CARMEN GELSE



Die ersten, zaghaften Strahlen der morgendlichen Frühlingssonne scheinen durch das Fenster. Um Viertel vor fünf am Montag ist die Ruhe noch perfekt. Aber kaum zwei Minuten später ertönt das schrille Klingeln eines Weckers. Carmen Gelse tastet verschlafen nach dem Ruhestörer und stellt das lästige Klingeln ab. Sie dreht sich noch einmal im Bett

herum, bevor sie aufsteht. Eigentlich würde sie gerne noch eine Stunde schlafen, so wie ihre Schulkameraden. Aber das geht nicht, denn anders als andere Jugendliche der 8. Klasse des Goethe-Gymnasiums, trainiert Carmen schon vor dem Unterricht Wasserball im Universitätsschwimmbad. Seit Anfang des Jahres 2002 gehört sie zur Damen-Bundesligamannschaft des SV Blau-Weiß Bochum. Stundenplan und Trainingseinheiten lassen sich seitdem nicht mehr so leicht vereinbaren. Der Tagesablauf verlangt eine gute Organisation und viel Disziplin. »Ohne die Hilfe meiner Eltern wäre das gar nicht zu schaffen«, sagt Carmen, »die fahren mich nämlich immer zur Schule und zum Training.« Um sich anzuziehen und zum Schwimmbad zu kommen bleiben Carmen 30 Minuten. Da ist es sehr praktisch, dass Carmen nicht so viel Wert auf Make-up und

extravagantes Styling legt. Die Tasche hat sie schon am Abend zuvor gepackt. Zum Frühstück bleibt jetzt keine Zeit mehr. Schnell wirft sie sich noch die blau-weiße Trainingsjacke mit dem Schriftzug ihres Vereins über und sieht jetzt sehr sportlich, gar nicht mehr verschlafen, aus. Schon sitzt sie neben ihrem Vater im Auto. »Dabei mag ich so einen stressigen Start in den Tag gar nicht«, sagt Carmen. Wenn nach dem Training in der Schule auch noch eine Klassenarbeit auf sie wartet, steht sie noch eine Stunde früher auf als sonst »Ich wiederhole dann noch schnell die schwierigsten Vokabeln oder schaue mir an, was wir zuletzt durchgenommen haben.«

Gute Leistungen in der Schule sind Carmen sehr wichtig. »Wenn ich Schule und Training nicht mehr unter einen Hut bekommen würde, müsste ich beim Wasserball eben kürzer treten.« Warum sie sich neben den Anforderungen der Schule auch noch dem Leistungsdruck beim Sport aussetzt, verstehen viele ihrer Klassenkameraden nicht so recht. »Die halten mich für verrückt, glaube ich.« Aber der Sport bringt ja auch einige Vorteile mit sich. Für die Champions League durfte Carmen, ganz offiziell, während der Schulzeit eine Woche mit nach Tschechien fahren. Die Europameisterschaft des Wasserballs wurde unter den besten nationalen Teams 100 Kilometer entfernt von Prag ausgetragen. Aber auch da musste sie lernen. »Meine beste Freundin hat mir jeden Tag die Hausaufgaben per SMS auf mein Handy geschickt.« Und während ihre Teamkolleginnen die Altstadt von Prag besichtigten, erledigte Carmen die Matheaufgaben. »Als ich nach einer Woche wieder im Unterricht saß, habe ich trotzdem nichts verstanden«, sagt sie und es scheint als sei ihr das ein wenig unangenehm.

Aber der Ausflug nach Prag hat sich gelohnt. Die Mannschaft holte den Meistertitel. Und dieses Ergebnis wurde dann auch gebührend gefeiert. »Ich war in Prag zum ersten Mal in einer Disco. Dass ich erst vierzehn bin, haben die gar nicht gemerkt«, lacht Carmen, die als Küken

des Teams sonst eher wenig von den Mannschaftsfeiern mitbekommt.

Carmen steigt vor dem Schwimmbad im Uni-Center aus. 20 Minuten dauert die Fahrt bis hierher. Rein in die Umkleidekabine, raus aus Turnschuhen, Jeans und Pull-over, rein in den Sportbadeanzug und die Badekappe. Die Handgriffe sitzen bei Carmen. Nur die Badekappe macht regelmäßige Schwierigkeiten. Bis sie ihre schulterlangen, braunen Haare vollständig unter der Badekappe verstaut hat, dauert es immer etwas länger. Denn die Kappe muss eng am Kopf anliegen, nur so können die Ohrenschützer effektiv wirken. Sie sollen vor Verletzungen schützen. Bei Wettkämpfen haben die Kappen eine zusätzliche Funktion. Die Gastgeber tragen weiße, die Gegner blaue Kappen. So kann der Schiedsrichter die Mannschaften unterscheiden. Um auch Fehler einzelner Spieler bewerten zu können, ist auf jeder Kappe eine Zahl zwischen 1 und 13 angebracht.

Wenige Minuten später ist Carmen in der großen Schwimmhalle. Die morgendliche Sonne scheint durch die Glasfront und wirft kleine glitzernde Flecken auf die noch unberührte Wasserfläche. Der Geruch von frisch gechlortem Wasser liegt in der Luft. Noch schwimmt hier niemand. Aber die Mannschaft ist bereits vollzählig. Das Morgentraining gehört zum Pflichtprogramm der Mitglieder der Nationalmannschaft. Denn für diese Trainingseinheit werden die Sportlerinnen vom Deutschen Schwimmverband bezahlt. Zwar ist das nicht viel mehr als eine Aufwandsentschädigung, aber: acht Mal pro Woche müssen sie für den Kader antreten. Eine Trainingseinheit am Abend hat Carmen hingegen schon einmal ausfallen lassen. »Ich habe am nächsten morgen eine Klassenarbeit geschrieben und wollte nicht so spät ins Bett«, sagt sie entschuldigend. Das Morgentraining beginnt mit Trockenübungen. Die Frauen halten mit beiden Händen Trimmbänder, die sie in regelmäßigen Bewegungen auseinander ziehen. Das ist gutes Aufwärmprogramm für die Arme. Danach stehen noch Dehnübungen und Koordinations-

training auf dem Programm. Erst dann schickt Trainer Arno Troost seine Mannschaft ins Wasser.

Mit gleichmäßigen, schnellen Zügen pflügen die Frauen durchs Becken. Arno Troost achtet auf die Defizite jeder einzelnen Spielerin. Carmen hat noch Probleme mit der Koordination der Beinbewegungen. »Ich habe ´ne ganz schreckliche Beingrätsche«, erklärt sie. Sie zieht das linke Bein zu spät nach, wodurch sich das Schwimmtempo verringert.

Die Geschwindigkeit der Spielerinnen ist bei einem Spiel aber von Anfang an entscheidend. Denn wenn der Schiedsrichter kurz nach dem Anpfiff den Ball in die Mitte des Spielfeldes wirft, sind die gegnerischen Mannschaften jeweils an einem Ende des Beckens positioniert. Die Mannschaft, die schneller am Ball ist, hat sich natürlich einen ersten Vorteil gesichert.

Bei einer Spielzeit von insgesamt nur 28 Minuten kann jede Überlegenheit ausschlaggebend sein. Um die Kurzstreckenzeiten der Spielerinnen zu verbessern, lässt Arno Troost zum Schluss der Trainingseinheit noch zwanzig kurze Sprints schwimmen. Danach sind alle Spielerinnen erschöpft. Einige Teamkolleginnen fahren nach dem Training gleich zur Arbeit, Carmen wird von ihrer Mutter abgeholt. Aber die fährt sie nicht direkt zur Schule, sondern noch einmal nach Hause.

Endlich kann Carmen frühstücken. Hastig löffelt sie ihre Cornflakes mit Milch. Ein Blick auf die Uhr sagt ihr, dass es Zeit ist, die Schwimm Tasche gegen Schul- und Sporttasche einzutauschen und sich auf den Weg zu machen. Als die Schulglocke des Goethe-Gymnasiums zum zweiten Mal klingelt, trifft Carmen im Klassenraum ein und setzt sich auf ihren Platz.

Eine Stunde Französisch steht jetzt auf dem Stundenplan. Die Klasse dekliniert die Verben regarder- lesen und appeler - nennen. Carmen lernt Französisch als zweite

Fremdsprache seit der siebten Klasse und ist nicht gerade begeistert. »Ich finde es sehr schwer, die unregelmäßigen Verben zu lernen.« Englisch mag sie lieber.

Aber ihre mit Abstand liebsten Fächer sind Sport und Geschichte. »Die Vergangenheit fasziniert mich«, erklärt Carmen ihre Begeisterung. Deshalb hat sie sich auch für das Differenzierungsfach Geschichte und Gesellschaftswissenschaften entschieden. In ihrer Freizeit liest sie gerne historische Romane. »Zuletzt habe ich 'Nirgendwo in Afrika' von Stefanie Zweig gelesen. Die Geschichte gefiel mir besonders gut, weil die Autorin sie wirklich erlebt hat.« Diese Geschichtsstunde dreht sich aber nicht um Afrika sondern um das Mittelalter in Europa. »Die Epoche ist mir egal. Jede Zeit ist für sich spannend. Vielleicht studiere ich später mal Geschichte, ich könnte mir aber auch vorstellen in der Firma meines Vaters zu arbeiten«, überlegt Carmen. Leider hat der Girl's Day am 8. April auch nicht zu einer Entscheidung geführt. Der Girl's Day ist eine bundesweite Aktion, die Schülerinnen die Gelegenheit geben soll, in so genannte Männerberufe hinein zu schnuppern. Carmen hat diesen Tag im Betrieb ihres Vaters, der Umzugs- und Speditions- GmbH Gelse, verbracht. »Ich habe einer Frau über die Schulter geschaut, die die Touren plant. Das war spannend.« Aber ob sie diesen Beruf später auch ausüben möchte, weiß sie noch nicht. »Der Job besteht auch aus vielen Routinearbeiten.« Sie hat ja auch noch ein paar Jahre Zeit, bis sie sich entscheiden muss. »Im Moment habe ich immer noch jeden zweiten Tag einen neuen Berufswunsch.« Den Wasserball zum Hauptberuf zu machen, kommt nicht in Frage, denn Leben kann man davon nicht. »Wasserball ist nicht so beliebt. Selbst in Bochum nicht, obwohl wir doch deutscher Meister sind«, bedauert Carmen das geringe Interesse an ihrem Sport. Fremde Zuschauer sind bei den Spielen selten. Meistens schauen nur Freunde und Verwandte zu. Um so erfreuter war die Mannschaft, als neulich ein älteres Paar auf den Zuschauertribünen Platz nahm. Die Leute wollten sich

über die unterschiedlichen Sportmöglichkeiten in Bochum informieren. Falls die beiden Interesse an Wassersport haben, waren sie beim SV Blau - Weiß Bochum, mit 6000 Mitgliedern der größte Schwimmverein Deutschlands, genau richtig. Seit seiner Gründung 1896 bietet der Verein Schwimmen und Wasserball an. Damals war die Sportart noch jung. Die ersten Regeln wurden zehn Jahre zuvor in England aufgestellt und sind seitdem nicht mehr viel verändert worden.

Jede Mannschaft besteht aus sieben Spielern. Ebenso viele sitzen gewöhnlich zu Beginn des Spiels auf der Bank. Die Spielzeit von 28 Minuten wird von drei 2-minütigen Pausen unterbrochen. So wird auch seit 1900 bei den Olympischen Spielen Wasserball, oder englisch Waterpolo, gespielt. »Bei der Olympiade anzutreten, wäre klasse. Das ist ein Wunsch, den ich mir gerne erfüllen würde.« Bis dahin müsste Carmen aber noch viel trainieren.

Jetzt klingelt es erst mal zur großen Pause, danach steht Sport auf dem Stundenplan. Die Schüler strömen aus den Klassen auf den Schulhof. Eigentlich würde sich Carmen auf die Sportstunde freuen, aber in den letzten Wochen waren Geräteturnen und Hochsprung die Hauptthemen im Unterricht. »Ich kann Geräteturnen wirklich nicht leiden. Die Übungen auf dem Barren und am Reck sind mir zu gefährlich«, erklärt sie ihre Unlust. »Hochsprung finde ich nicht ganz so schrecklich, aber ich kann es nicht besonders gut.« Da nützt es auch nichts, dass Carmen so groß ist. »Es kommt auf die Sprungkraft an. Wir haben ein Mädchen in der Klasse, das wirklich klein ist, aber sogar höher springt als alle Jungen.« Carmen hingegen ist mit sich zufrieden wenn sie einen Sprung schafft, ohne die Latte zu reißen. Schließlich geht die lästige Sportstunde auch vorüber. Das Läuten der Schulglocke, in der Sporthalle noch schriller, entlässt die Schüler in die Umkleidekabine.

Vor der Sportstunde war Carmen in einem Konzentrationstief, das die Bewegung glücklicherweise vertrieben hat. »Wenn ich morgens beim Training war, habe ich immer am Mittag einen kurzen Durchhänger«, sagt Carmen. Die Englischstunde lässt sich aber gut aushalten. Die Unterrichtsatmosphäre ist locker und die Schüler üben die meiste Zeit über freie Konversation. So vergeht die Stunde für Carmen wie im Flug.

Um 13.00 Uhr schellt es. »Bis jetzt habe ich noch nie länger als bis 13.00 Uhr Schule gehabt, so dass ich noch viel vom Nachmittag habe«, freut sich Carmen. Spätestens in der Oberstufe wird das aber anders werden. Sabrina Blattau, Carmens Teamkollegin hatte während der Trainingsphase für die Champions League oft bis zum späten Nachmittag Schule und steckte mitten in den Abiturvorbereitungen. »Die Sabrina hat in Tschechien auch die ganze Zeit gelernt.«

Aber die Beurlaubung für das Spiel war kein Problem. Die Goethe-Schule zeigt viel Verständnis für die sportbedingten Fehlzeiten von Carmen. »Wenn ich ein paar Tage nicht da war, und ich nicht weiter weiß, helfen meine Lehrer mir immer. Freistellungen für Spiele waren auch noch nie ein Problem.«

Meistens finden die Spiele aber am Wochenende statt. Ebenso wie Seminare, die der DSV für den Wasserballkader regelmäßig durchführt.

Die Themen, die dort besprochen werden, reichen von Spielstrategien bis zur Gesundheitsberatung - und Training. Auf einem dieser Seminare wurden die Sportlerinnen von einer Ernährungsexpertin beraten. »Aber uns schaut niemand auf den Mund oder verbietet uns bestimmte Nahrungsmittel.« Die Ernährungsberaterin wollte die Mannschaft vielmehr allgemein auf die Vor- und Nachteile gewisser Nahrungsmittel hinweisen und für eine gesunde Ernährung sensibilisieren. »Ich glaube, niemand aus dem Team würde sich übermäßig mit Schokolade voll

stopfen«, sagt Carmen. Dabei könnte sie es sich leisten. Wegen des intensiven Sporttrainings ist Carmen natürlich superschlank. »Aber bei genau diesem Seminar, stand am letzten Abend Mousse-au-Chocolat auf dem Buffet, und wir haben dann alle kräftig zugelangt.«

Zulangen könnte Carmen jetzt auch. Sie hat nämlich einen Bärenhunger und auf dem Heimweg kommt sie bei der Mc Donald-Filiale im Hauptbahnhof vorbei. Aber nur, wenn die Zeit am Nachmittag knapp ist, und ihre Mutter keine Zeit hatte selbst zu kochen, greift Carmen auf Hamburger und Pommes zurück.

Das kommt selten vor. Auch heute zieht bereits ein verlockender Geruch aus der Küche, als Carmen zu Hause ankommt. Jetzt beginnt der Teil des Tages, an dem sie normalerweise Zeit für sich hat. Einmal in der Woche geht sie vorsorglich zur Krankengymnastik. »Ich will mir nicht durch den Sport meinen Körper kaputt machen«, begründet sie den Aufwand. Der Physiotherapeut lockert und kräftigt die Rückenmuskulatur, die durch die Wurfbewegungen stark beansprucht wird. Am schönsten findet Carmen die Massagen. An den verbleibenden vier Tagen setzt sie sich gleich nach dem Mittagessen an die Hausaufgaben. »Sonst schiebe ich die den Rest des Tages vor mir her und kann nicht richtig entspannen.« Um abzuschalten, macht Carmen gerne den Fernseher an. Vielleicht schaut sie ein bisschen zu viel fern. Denn im Plan für den Nachmittag ist eine ein- bis mehrstündige TV-Session fest verankert. Disneyfilme, egal ob Trick- oder Spielfilme, sind Carmens Favoriten. Eine ganze Schrankfront im Wohnzimmer ist mit Disneyvideos, von »Dumbo« über »Bambi« bis zum »König der Löwen«, bepackt. Am Abend schaut sich Carmen zusammen mit ihren Eltern aber auch gerne Krimis an. Die mag vor allem ihre Mutter. Natürlich verbringt Carmen ihre Freizeit nicht nur vor der »Flimmerkiste«. »Wenn das Wetter gut ist, bummele ich gerne mit meiner Freundin durch die Bochumer City.« Dabei steht für Carmen nicht das Kaufen im Vordergrund.

»Ich könnte mir die Schaufenster auf der Kortumstraße stundenlang einfach nur anschauen.«

Verregnete Nachmittage verbringt Carmen gerne mit einem guten Buch zu Hause oder mit ihrer besten Freundin, die die gleiche Klasse besucht wie sie. Eine große Clique hat sie nicht. »Mir liegt nichts an vielen oberflächlichen Bekanntschaften. Eine gute Freundin, der man alles erzählen kann ist mehr Wert.« Das heißt aber nicht, dass sie sich mit ihren anderen Klassenkameraden nicht gut versteht. Auf Streit hat Carmen ohnehin keine Lust, dafür ist sie viel zu diplomatisch. »Aber eingebildete oder unfaire Leute kann ich nicht leiden.« Denen sagt sie dann auch mal ihre Meinung, aber »ohne zu beleidigen«.

Der Nachmittag ist kurz. Um 18.00 Uhr beginnt die nächste Trainingseinheit. Bevor sie los fährt, muss Carmen noch ihren Schwimmbeutel umpacken und die Schultasche für den nächsten Tag ordnen. Nach dem Training wird sie dazu keine Lust mehr haben.

Schon jetzt kriecht langsam die Müdigkeit in ihre Glieder. Dafür mag das Fernsehen verantwortlich sein. Ein Sprung ins kalte Wasser wird die aufkeimende Schläfrigkeit sofort vertreiben. Am Abend fährt ihr Vater sie wieder zum Schwimmbad am Hustadtring 157. Gleich vor dem Schwimmbad hält zwar auch der 346er Bus, aber vor allem im Winter ist es rund um das Schwimmbad am Abend ziemlich einsam. Die Eltern wechseln sich deshalb mit dem Fahren ab. Beide unterstützen Carmen in ihrem sportlichen Engagement. Schließlich ist der Wasserball so etwas wie eine Familientradition. Rolf Gelse, Carmens Opa, spielt beim SV Blau-Weiß Bochum und fährt auch als Betreuer mit zu den Spielen. Er hat sie damals für den Sport begeistert, hat sie irgendwann einfach zum Training mitgenommen. »Ich hatte zwar am nächsten Tag wahnsinnigen Muskelkater, aber es hat mir von Anfang an Spaß gemacht«, sagt Carmen. Sonst wäre sie wohl nicht seit acht Jahren dabei.

Carmen steigt, wie schon am Morgen, vor dem Universitätsbad aus. Aber heute zum letzten Mal für einige Monate. Trainer Arno Troost, hat am Morgen bekannt gegeben, dass ab nächster Woche im vereinseigenen Freibad im Wiesental trainiert wird. Das Freibad mit zwei großzügigen Schwimmbecken, Liegewiesen und Sauna ist auch für die Öffentlichkeit zugänglich und im Sommer Anziehungspunkt für Bochumer Sonnenanbeter. Die Mannschaft ist allerdings nicht so begeistert von der Entscheidung des Trainers. Die Miete für das Universitätsbad ist hoch und die Hallenzeiten müssen genau eingehalten werden. Darum ist jede Minute kostbar. »Im Sommer ist das Training im Freibad aber auch viel lustiger«, muntert Carmen sich selber auf.

»Aufwärmen, 20 Bahnen Kraul«, ruft Arno Troost durch die Halle.

Die spezielle Kraultechnik, mit besonders kurzen, kräftigen Zügen, muss immer wieder geübt und verbessert werden. Nie sitzt sie perfekt. »Als ich mit dem Wasserball angefangen habe, wollte ich unbedingt schnell besser werden«, sagt Carmen. »Ich habe mir dann immer jemanden aus der Mannschaft gesucht, der etwas schneller war als ich. Bei dem habe ich mir so lange die Technik abgeguckt, bis ich besser war.« Das klingt sehr ehrgeizig. Aber die Konkurrenz innerhalb der Mannschaft ist trotzdem nicht zu spüren. »Bei uns steht der Teamgeist auf jeden Fall im Vordergrund.« Wenn eine der Frauen sich vor einem Spiel nicht in Topform glaubt, wird sie von den anderen mitgerissen. Während der letzten Strategiebesprechung vor einem Spiel verbreitet Arno Troost Zuversicht. Spätestens aber das Begrüßungsritual für die gegnerische Mannschaft motiviert zu vollem Einsatz. Dazu stellt sich die Mannschaft im Kreis auf, rückt eng zusammen und wartet auf den Ruf ihrer Teamchefin. »Wir grüßen die gegnerische Mannschaft, die Trainer, Schiedsrichter und Zuschauer mit einem dreifachen« schallt ihr kräftiger Ruf durch die Halle. Kaum ist er verebbt, antwortet die Mannschaft ebenso sie-

gessicher: »Gut nass, gut nass, gut nass«. Schließlich soll der Ruf den Gegner einschüchtern.

»Carmen«, ruft Arno Troost »achte auf deine Beinarbeit, du ziehst immer noch das linke Bein nach.« Troost ist Trainer aus Leidenschaft. Und weil das fast alle Trainer sind, setzen Schiedsrichter die gelben und roten Karten nicht nur gegen die Spieler ein, sondern oft auch gegen die Trainer und notfalls auch gegen die Betreuer. Eine gelbe Karte bedeutet, dass sich der Trainer auf die Bank setzen muss. Wenn er sich danach noch einmal zu Zwischenrufen oder Beleidigungen hinreißen lässt, wird er mit der roten Karte aus der Halle verbannt.

Natürlich gibt es auch Maßnahmen gegen unfaire Spieler. Wenn ein Spieler gefoult hat, wird er entweder durch Freiwurf für die Gegner bestraft oder auf die Bank gesetzt. Fouls werden von den Spielern durchaus provoziert, denn für einen Freiwurf lässt man sich gerne unter Wasser drücken. »Alles, was der Schiedsrichter nicht sieht, ist erlaubt«, erklärt Carmen mit einem Augenzwinkern. »Ein wenig schauspielerisches Talent gehört auch dazu.«

Ebenso wie perfekte Täuschungsmanöver. Und die will Arno Troost jetzt mit der Mannschaft üben. Denn ein Wurf mit vorhergehender Täuschung erfordert genaueste Konzentration, Schnelligkeit und Kraft. Nur für einen Moment darf der Arm zurückgezogen werden, um dann erneut auszuholen und zu werfen. Dabei muss die Spielerin auch noch Augenkontakt mit potentiellen Fängern halten. Beim Wasserball wird nur mit einer Hand gefangen. Diese Regel erfordert genaue Pässe. Die 35-Sekunden-Regel besagt, dass der Ball nur 35 Sekunden bei den Spielerinnen einer Mannschaft bleiben darf. Erst nach einem Angriff beginnt die Frist von neuem. »Aber 35 Sekunden können lang sein, wenn sich die Augen aller auf dich richten. Das sind unglaublich spannungsreiche Momente.« Aber Carmen steht nicht gerne im Mittelpunkt, darum spielt sie lieber in der Verteidigung.

Heute ist Arno Troost zufrieden. Auch Carmen glaubt, dass das Spiel am Wochenende ein Erfolg für die Mannschaft wird. Im Augenblick denkt sie darüber aber noch nicht nach. Es ist mittlerweile 22.00 Uhr. Erschöpft und hungrig hüllt sie sich in ihr großes Badehandtuch und zieht sich schnell an. Noch auf dem Weg durch die Vorhalle des Schwimmbades streift sie die blau-weiße Trainingsjacke über. Ihre Mutter wartet schon vor dem Eingang auf Carmen. Sie hat das Abendbrot dabei, so dass Carmen während der Autofahrt essen, und zu Hause sofort in ihr Bett schlüpfen kann. »Nach solchen Tagen bin ich einfach nur total müde. Dann gibt es nichts Schöneres als mein weiches Bett«, sagt Carmen und hat die Augen schon beinahe geschlossen.