

## UNSER CORONA-ALLTAG



**Dennis Friedenstab, Badminton-**  
**spieler des Regionalligisten BV Gif-**  
**horn.**

FOTO: SEBASTIAN PRIEBE / REGIOS24

## „Diese Pause fühlt sich ganz anders an“

Friedenstab versucht  
aber positiv zu bleiben.

**Gifhorn.** „Wir können zurzeit nicht in die Halle, deshalb zieht's mich raus in den Wald“, berichtet Dennis Friedenstab vom Badminton-Regionalligisten BV Gifhorn. „Laufen zu gehen, ist etwas, das man sich sonst immer mal wieder vornimmt, aber dann doch nicht macht. Jetzt, da ich praktisch dazu gezwungen war, weil es eben kaum Möglichkeiten gibt, um sich fit zu halten, genieße ich es aber richtig.“

Da die Regionalliga-Saison schon seit dem 16. Februar beendet ist, hatte Friedenstab aufgrund einer Leistenverletzung schon vor der Zwangspause mit dem Training ausgesetzt – als Vorsichtsmaßnahme. Daher sei er nicht erst seit der Schließung der Hallen ohne Training, sondern „schon seit einigen Wochen. Ich hab's bisher vermieden, mich auf die Waage zu stellen“, meint der 29-Jährige lachend. „Aber ernsthaft: Ich vermisse meine Teamkollegen schon sehr, ich vermisse es, zum Schläger zu greifen. Natürlich haben wir auch in jedem Sommer eine längere Pause – aber die jetzt fühlt sich doch ganz anders an“, sagt Friedenstab.

Wenngleich es schwerfalle, in dieser von schlechten, bedrückenden Nachrichten geprägten Zeit positiv gestimmt zu bleiben, versuche er genau das. Man müsse eben aus Kleinigkeiten Positives ziehen, „beispielsweise freue ich mich, dass ich jetzt schneller zu meinem Arbeitsplatz und zurück komme, weil viel weniger Autos unterwegs und die Straßen nicht so verstopft sind“. Auch mit Blick auf seinen Sport hat Friedenstab einen positiven Denkansatz. Er wisse schließlich, das Badmintonspielen wie Radfahren ist: „Ich spiele nun schon so viele Jahre Badminton, wenn man dann erst wieder loslegt, kommt alles ganz schnell zurück.“

jse