„Der beste Job der Welt“ – Bob-Landestrainer Birk Lösche im Interview

19.08.2026 | Erstellt von Tobias Richter

Seit 2013 ist Birk Lösche als Trainer im Bobsport tätig, mittlerweile als Landestrainer. Was als „neue“ Sportart und ambitioniertes Projekt in Magdeburg begann, hat sich längst zu einer Erfolgsgeschichte entwickelt, die junge Talente bis auf die internationale Bühne führt. Seine Athletinnen und Athleten konnten seitdem knapp 40 Medaillen bei internationalen Meisterschaften gewinnen, zwei fuhren bereits zu den Olympischen Spielen. Für Birk Lösche ist der Trainerberuf weit mehr als ein Job. Es ist sein Traumberuf und zugleich eine Möglichkeit, seine Heimat Sachsen-Anhalt sportlich voranzubringen und junge Menschen auf ihrem Weg zu ihren persönlichen und sportlichen Zielen zu begleiten. Im Interview spricht er über seine Leidenschaft für den Bobsport, die Entwicklung des Standorts Magdeburg, besondere Erfolge, seine Ziele für die kommenden Jahre und darüber, was einen guten Trainer ausmacht.



Landestrainer Birk Lösche (v.l.) mit seinen Athletinnen und Athleten am Landesstützpunkt in Magdeburg.
(© Rodel- und Bobsportverband Sachsen-Anhalt)

Seit wann bist du Trainer und warum hast du dich für diesen Beruf entschieden?

Ich bin seit 2013 hauptamtlicher Trainer im Leistungssport, spezifischer gesagt als Landestrainer im Bobsport in Sachsen-Anhalt und als Stützpunkttrainer am Standort in Magdeburg tätig.

Der Trainerjob ist mein Traumberuf, war es schon immer. Dass ich nach meiner eigenen sportlichen Laufbahn direkt in den Trainerberuf wechseln werde, stand bereits während der aktiven Zeit fest. Der Verein (Mitteldeutscher Sportclub) und die „neue Sportart“ Bobsport hat es mir ermöglicht, dieses Projekt „Bob in Sachsen-Anhalt“ mit sehr viel Freiheiten und Eigeninitiative von „0“ aufzubauen. Das war ein weiterer Motivationsschub, das genau hier in Magdeburg zu anzugehen.

Welche Athletinnen und Athleten betreust du und was war dein größter Erfolg mit ihnen?

Ich betreue aktuell zehn Sportler als Heimtrainer, 16 als Landestrainer. Von meinen zehn Athleten sind alle Bundeskader, Stand Mai 2026 (u. a. 2x Olympiakader, 4x Perspektivkader). Seit 2013 konnten meine Athleten insgesamt knapp 40 Medaillen bei internationalen Meisterschaften gewinnen (EM, Junioren-WM, Junioren-EM).

Hervorzuheben sind Tim Becker (Teilnahme Olympische Spiele 2026, Junioren-Weltmeister 2025), Talea Prepens (4. Platz Olympische Spiele 2026, EM-Bronze 2026), Anabel Galander (EM-Bronze 2023, EM-Silber 2024) und Felix Dahms (6 Medaillen bei Juniorenweltmeisterschaften in Folge 2021-2026)

Was macht es so besonders, hier in Sachsen-Anhalt Trainer zu sein?

Sachsen-Anhalt ist Heimat, hier bin ich geboren, hier bin ich aufgewachsen, bin zur Schule gegangen, habe mit dem Sport angefangen, mein Studium abgeschlossen und schlussendlich kann ich hier meinen Traum leben, jungen Menschen, Athleten, dabei helfen, ihre (sportlichen) Träume zu verwirklichen.

Ich bin sehr heimatverbunden und deshalb kam es für mich nie in Frage, als Trainer in einer doch eher wintersportaffinen Umgebung wie Thüringen, Sachsen oder Bayern zu arbeiten.

Welche Ziele hast du in naher Zukunft und in fünf Jahren?

Nach der Saison ist vor der Saison. Wir sind bereits voll in der Vorbereitung für die kommende Wintersaison. Bedeutet, das kurzfristige Ziel ist weiterhin, jeden Athleten jedes Jahr besser zu machen und in seinem jeweiligen Leistungspotenzial zum Saisonhöhepunkt (WM, Junioren-WM) zu bringen, um dann um Medaillen kämpfen zu können.

Bei den Olympischen Spielen in Cortina 2026 hatte ich zwei Teilnehmer als Heimtrainer aus

Magdeburg, in vier Jahren sollen es dann drei bis vier sein und natürlich das große Ziel: die ersten Olympiamedaillen für den MSC. Das mittelfristige Ziel ist es, den Bob-Standort Magdeburg und auch Sachsen-Anhalt im Allgemeinen immer stärker auf der Landkarte des DOSB zu verankern, den Bereich Bobsport immer attraktiver für die Außenwelt zu machen und auch in fünf Jahren noch genauso viel Spaß an der Sache zu haben wie aktuell.

Was macht für dich eine gute Trainerin bzw. einen guten Trainer aus und was würdest du angehenden Trainerinnen und Trainern mit auf den Weg geben?

Ein guter Trainer kombiniert für mich die Hard Skills mit den Soft Skills, weiß um die Wichtigkeit der Kombination von Theorie und Praxis und kann diese, sich selbst und seine Arbeit reflektiert in einer Außenbetrachtung bewerten. Die besten wissenschaftlichen Konstrukte der Trainingslehre unter Einbeziehung der Physiologie sind nicht zu 100% zielführend, wenn diese nicht zum „Individuum Athlet“ passen und nur stumpf via „Schablone überstülpt“ werden. Ein guter Trainer bildet sich ständig weiter, schaut auch mal nach links und rechts und ganz verrückt mal „über den Tellerrand“, tauscht sich mit Kollegen aus und wächst mit und an seinen Athleten. Wenn man schlau genug ist, das zu erkennen, kann man jeden Tag mit jeder Bewegung, die man beobachtet, analysiert, lernen und besser werden.

Der Trainerjob ist der beste Job der Welt und man darf nie den Spaß verlieren, auch wenn es mal nicht läuft, Leistung stagniert, es kleine Rückschläge oder Verletzungen gibt. Dann ist es wichtig, objektiv zu analysieren und diese „Learnings“ mitnehmen, um in der Zukunft vielleicht ein besserer Trainer zu sein.

Das Privileg, jeden Tag ein Teil im Leben von jungen Menschen zu sein und diese teilweise aufwachsen zu sehen, einen Teil beim Verwirklichen der Träume, teilweise Lebensträume, sein zu dürfen, sollte uns Trainer jeden Tag mit einem Grinsen in die Halle kommen lassen.