Ein Leben für den Judosport: Im Gespräch mit Landestrainer Mike Kopp

08.07.2026 | Erstellt von Tobias Richter

Seit über vier Jahrzehnten prägt Mike Kopp den Judosport in Sachsen-Anhalt. Zunächst ehrenamtlich als Trainer, heute ist er als leitender Landestrainer der wichtigste Organisator des Landesstützpunktes in Halle. Im Interview spricht er über seinen ungewöhnlichen Weg zum Trainerberuf, die Erfolge des Judostandorts Sachsen-Anhalt, seine Ziele für die Zukunft und darüber, was einen guten Trainer wirklich ausmacht.



Mike Kopp ist seit 2008 hauptamtlicher Trainer im Landessportbund.
(© Judoverband Sachsen-Anhalt)

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

Seit dem 15.11.2008 bin ich beruflich als Trainer über den LSB für den Judo-Verband Sachsen-Anhalt e. V. tätig. Es ist natürlich der Traum eines jeden Sportlers, sein Hobby bzw. seine Leidenschaft zum Beruf zu machen. Meine erste Übungsleiterlizenz erwarb ich 1984. Seitdem stehe ich, abgesehen von kurzen Unterbrechungen wie dem Wehrdienst, auf der Matte, um Kindern und Jugendlichen den Judosport näherzubringen. Die Entscheidung habe

ich eigentlich nicht einmal selbst getroffen. Ich erhielt 2008 abends einen Anruf, in dem mir mitgeteilt wurde, dass ein Trainer am LLZ gekündigt hat und man sich eine Bewerbung von mir wünsche. So kam eins zum anderen.

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

Als leitender Landestrainer ist es leider nicht meine Aufgabe, einzelne Athleten zu betreuen. Mein Augenmerk liegt darauf, dass der Stützpunkt reibungslos funktioniert und alle Athleten optimal betreut werden. Im Laufe der Zeit haben es einige Athleten geschafft, sich nicht nur an die deutsche Spitze zu kämpfen, sondern auch international erfolgreich zu sein. Die Freude über die Silbermedaille von Miriam Butkereit bei den Olympischen Spielen in Paris ist natürlich immer noch ungebrochen, aber auch die Entwicklung unserer anderen Athleten wie Friederike Stolze, Peppa und Paavo Plöhnert usw. die bei EM und WM in den verschiedenen Altersklassen Medaillen gewonnen haben, macht einen schon sehr stolz. Es ist ein tolles Gefühl, ein Teil dieses Erfolges gewesen zu sein, auch wenn der eigene Beitrag nur klein war.

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

Das lässt sich ganz einfach erklären. Ich bin sehr froh und auch ein wenig stolz, sozusagen ein Eigengewächs zu sein. Seit der Gründung des Judo-Verbandes Sachsen-Anhalt e. V. bin ich Mitglied. Ich komme aus der Region und kenne so gut wie alle jungen, aber auch die älteren und erfahrenen Trainer und Funktionäre. Das macht vieles einfacher und man respektiert sich in hohem Maße. Wir haben allerdings das Glück, beim Landessportbund angestellt zu sein. Das ist vielleicht der Schlüssel zum Erfolg. In meinen nun fast 18 Jahren war der LSB immer ein verlässlicher Partner und Arbeitgeber. Wir werden oft von Trainern der anderen Verbände beneidet, allein schon wegen der Ausstattung mit Bekleidung, Büro und Kommunikationstechnik wie Laptops usw. Aber auch der wertschätzende Umgang miteinander ist sehr angenehm und vermittelt nicht das Gefühl, nur Arbeitnehmer zu sein, sondern Teil des LSB zu sein. Es gibt aber noch mehrere Gründe. Das Verbundsystem mit allen anderen Partnern, wie den Eliteschulen des Sports, dem Olympiastützpunkt, dem Internat, der medizinischen Betreuung, dem leistungssporttreibenden Verein usw., funktioniert in Sachsen-Anhalt reibungslos, was die Arbeit hier sehr angenehm macht.

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

Mein erstes Ziel ist es, mehr auf meine Gesundheit und mein Wohlbefinden zu achten, auch wenn das zeitlich nicht immer möglich ist und mit zunehmendem Alter auch etwas schwerer fällt. Beruflich wird mir immer klarer, dass die Jahre weniger und die Tage kürzer werden. Natürlich freue ich mich auf die Olympischen Spiele in Los Angeles. Wenn alles klappt, könnten wir mit zwei Kämpferinnen dabei sein. Wir werden unsere Mädels jedenfalls mit all unseren Möglichkeiten dabei unterstützen. Natürlich habe ich das Ziel, bis zum Renteneintritt weiterhin als leitender Landestrainer die Geschicke des Stützpunktes voranzutreiben, und

ich wünsche mir, später einmal einen gut aufgestellten Stützpunkt an einen Nachfolger und die kommenden Generationen von Judoka übergeben zu können. Einen kleinen weiteren Schritt in diese Richtung habe wir mit der Ernennung zum Nachwuchsleistungszentrum des Deutschen Judo-Bundes am 01.05.2026 nach vielen Jahren harter Arbeit geschafft.

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?

Ich glaube, ein Trainer muss vor allem gut zuhören können! Es ist sehr wichtig, sich in die Lage und Situation von Athleten oder Mannschaften hineinversetzen zu können. Nur so kann man spüren, wie es dem Athleten geht, und optimal mit ihm arbeiten. Als Trainer muss man ständig neue Wege suchen und finden, um die optimale Leistung aus einem Athleten herauszukitzeln und ihm das Gefühl zu vermitteln, dass er das selbst geschafft hat. Ein guter Trainer steht immer hinter seinen Sportlern. Erfolgreiche Trainer sind diejenigen, die es verstehen, ein Netzwerk um den Athleten oder die Mannschaft zu schaffen, das optimale Bedingungen für den Schützling ermöglicht.

Für angehende Trainer ist es sehr wichtig, immer hungrig zu bleiben! Sie sollten Hunger auf Wissen und neueste Erkenntnisse haben, immer über den Tellerrand schauen und offen für Neues und Veränderungen sein. Das werden die Trainer sein, die den Sport und ihre Athleten weiterbringen werden!