Wille, Disziplin & Trainingsfleiß: Aaron Oels‘ Weg zum Handball-Profi

26.03.2025 | Erstellt von Tobias Richter

Aaron Oels lernte bei den Sachsen-Anhalt-Spielen vor sieben Jahren die Sportart Handball kennen. Der heute 16-jährige erhielt anschließend eine Einladung in die Talentgruppe des HV Wernigerode. Mit viel Disziplin, Trainingsfleiß sowie wichtiger Unterstützung seines Elternhauses schaffte er den Sprung an die Eliteschule des Sports in Magdeburg. Kurz darauf warf ihn eine schwere Verletzung zurück. Er kämpfte sich mit viel Geduld und Willen wieder auf das Handballfeld, wurde Nord-Ostdeutscher Meister und lebt den Traum vom Handball-Profi.

Aaron Oels spielt in der Junioren-Bundesliga.
(© HVSA)

Wann warst du bei den Sachsen-Anhalt-Spielen und welche Erinnerungen hast du daran?

Als ich in der 3. Klasse war wurde ich aufgrund meiner guten sportlichen Leistungen im April 2018 zu den Sachsen-Anhalt-Spielen eingeladen. Zu diesem Zeitpunkt habe ich Karate gemacht und schon den Lila-Gürtel erworben.

Es war ein ziemlich spannender Tag für mich: wir wurden „vermessen“, Sprinten, Werfen, Rudern, Weitspringen. Ich kann mich noch daran erinnern, dass der Weitwurf nicht die beste Disziplin bei mir war. Nach den Spielen erhielt ich ein Schreiben, in dem man mir mitteilte, dass ich geeignet sei, Handball oder Leichtathletik zu machen und man bot mir an, ein Jahr lang kostenlos zum Talenttraining zum Handball zu gehen.

Da ich immer schon Teamsport machen wollte, beschloss ich, Handballer zu werden und meldete mich in Wernigerode zum Talenttraining an. Es hat mir so gut gefallen, dass ich kurze Zeit später auch in den Verein eingetreten und neben der Talentgruppe auch zum Training der D-Jugend gegangen bin. Ich habe in kurzer Zeit viel gelernt und konnte relativ schnell gut in der Mannschaft mitspielen.

Dann kam jedoch die Corona-Zeit, alles stand still. Ich bin in dieser Zeit viel mit dem Rad durch die Wälder gefahren oder habe Basketball zu Hause gespielt.

Wie sah dein weiterer Weg im Nachwuchsleistungssport aus?

In der Endphase des Lockdowns haben wir dann die Möglichkeit gehabt, draußen auf freier Fläche wieder mit dem Training anzufangen. Unser erstes Punktspiel hatten wir dann in Langenweddingen. Dort gab es eine Sichtung durch Trainer des SC Magdeburg. Einige meiner Teamkollegen und ich wurden angesprochen und bekamen die Möglichkeit, zum Bezirksauswahltraining zu kommen.

Auch hier erfolgte dann nach einiger Zeit wieder eine Sichtung und ich erhielt die Einladung, weiterführend beim Sichtungstraining im November 2021 der Sportschule Magdeburg teilzunehmen. Es dauerte nicht lange und ich erhielt im Januar 2022 die Mitteilung, dass einer Aufnahme auf die Sportschule und die Aufnahme in die kommende Saison der C-Jugend nichts im Wege stand.

Da ich wusste, dass ich erst sehr wenig Handball gespielt habe, haben es mir meine Eltern ermöglicht, zweimal wöchentlich am Training der C-Jugend teilzunehmen und haben mich direkt von der Schule in Wernigerode nach Magdeburg gefahren. Daneben habe ich das Bezirksauswahltraining weiterhin gemacht, genauso wie ich zweimal wöchentlich zum Training der D-Jugend gegangen bin und manchmal auch bei der C-Jugend des HV Wernigerode teilgenommen habe.

Ein Kreuzbandriss im Oktober 2022 hat mich dann für den Rest der Saison ausgebremst, aber ich hatte den festen Willen, dieses Trainingsdefizit wieder aufzuholen und habe in der Zeit, in der ich noch keinen Kontaktsport wieder ausführen durfte, an Kondition und Muskelaufbau und Stabilität gearbeitet.

Welche sportlichen Ziele hast du bereits erreichen können?

Mein größtes Ziel nach dem Unfall war es, in die B- Jugend zu kommen, meinen L-Status als

Sportschüler zu behalten und im zweiten Jahr meiner C-Jugend die große Lücke, die durch das fehlende Training entstanden ist, zu schließen. Dieses Ziel habe ich erreicht.

Gemeinsam mit meiner Mannschaft sind wir Nord-Ostdeutscher Meister geworden!

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

Mein kurzfristiges Ziel ist es, weiterhin konzentriert an mir zu arbeiten und vor allem meinen Wurf zu präzisieren. Meinen Blick habe ich ganz klar momentan auf die DHB-Sichtung und als Rechtsaußen in der Jugendbundesliga B-Jugend noch torgefährlicher zu werden, dort meinen Stammplatz im Kader zu gewinnen.

Ganz klar möchte ich mein Abitur mit einer Eins vor dem Komma absolvieren. Mein größtes Ziel ist es jedoch, in der 1. Bundesliga Handball zu spielen

Was würdest du jungen Talenten empfehlen?

Es ist super toll, wenn man talentiert ist. Das ist definitiv Grundvoraussetzung für erfolgreichen Sport. Aber es gehört erstens ganz klar das Ziel vor Augen und dazu dann ganz viel Disziplin, Wille und manchmal auch Durchhaltevermögen, um zu diesem Ziel zu gelangen.

Der LSB Sachsen-Anhalt wünscht Aaron viel Erfolg!