„Wir haben professionelle Strukturen“ – Martin Ostermann über die Stärken des Handballs in Sachsen-Anhalt und seine Ziele

11.11.2026 | Erstellt von Tobias Richter

Seit vielen Jahren ist Martin Ostermann als Trainer tätig und begleitet die Entwicklung junger Talente. Als Landestrainer Handball (männlich) in Sachsen-Anhalt trägt er Verantwortung für die sportliche Entwicklung der Kaderathleten und gestaltet die Rahmenbedingungen für eine erfolgreiche Nachwuchsarbeit aktiv mit. Im Interview spricht er über seinen Weg zum Trainerberuf, die besonderen Strukturen im Handball in Sachsen-Anhalt und darüber, was für ihn gute Trainerarbeit ausmacht.



Martin Ostermann ist leitender Landestrainer Handball (ml.)
(© LSB Sachsen-Anhalt)

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

Meine ersten Berührungen mit dem Trainerberuf hatte ich 2002. Was mich von Anfang an fasziniert hat, ist die Auseinandersetzung mit Jugendlichen und die Möglichkeit, sie in ihrer

Sportart weiterzuentwickeln. Im Laufe meiner beruflichen Ausbildung hat sich die Trainertätigkeit nach und nach intensiviert, bis ich irgendwann vor der Entscheidung stand, in den hauptberuflichen Trainerjob zu wechseln. Diese Entscheidung habe ich getroffen und bin bis heute sehr glücklich damit.

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

Als Landestrainer bin ich für sämtliche Kaderathleten zuständig. Die konkrete Betreuung liegt bei meinen Pooltrainern, denen ich volles Vertrauen entgegenbringe. Wir stehen in engem Austausch, und ich halte bei Bedarf auch direkten Kontakt zu den Sportlern. Die Hauptverantwortung am Athleten liegt aber bewusst bei meinen Kollegen.

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

Die Rahmenbedingungen hier sind außergewöhnlich gut. Das merke ich immer wieder im Austausch mit dem DHB und mit Kollegen aus anderen Bundesländern. Wenn ich beschreibe, wie unser System aufgebaut ist, stoße ich regelmäßig auf Erstaunen: Vieles, was bei uns selbstverständlich ist, ist anderswo nicht alltäglich. Kurz gesagt: Wir haben professionelle Strukturen, die es natürlich gilt weiterzuentwickeln — aber das Gesamtsystem schafft sehr gute Arbeitsbedingungen und damit auch echte Zufriedenheit im Beruf.

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

Es geht um Weiterentwicklung auf mehreren Ebenen. Neben der kontinuierlichen Optimierung der sportlichen Arbeit möchte ich den Fokus verstärkt auf die Persönlichkeitsentwicklung der Athleten lenken. Dort sehe ich größere Reserven als in der Feinjustierung der Methodik. Wir wollen ein Leitbild entwickeln und gleichzeitig den Anforderungen unserer Sportart gerecht werden — sowohl den aktuellen als auch den zukünftigen.

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

Sportfachliches Know-how ist heute die Grundvoraussetzung. Das umfasst Sportwissenschaft, Trainingslehre und die Expertise in der Sportart selbst. Aber das allein reicht nicht. Persönlichkeitsmerkmale und pädagogische Kompetenz sind das eigentliche Kapital eines Trainers. Sportlicher Erfolg ist nur in der Kombination beider Bereiche möglich. Am Ende arbeiten wir mit Menschen, und die Beziehungsebene, der Umgang miteinander, hat für mich nach wie vor die größere Bedeutung.