



Der Essener Großmeister Sebastian Siebrecht bringt Kindern im Allee-Center Essen-Altenessen den Schachsport näher  
Foto: Dehns-Gnhl

# Schach trainiert die Ausdauer

„Faszination Schach“ findet im Allee-Center Essen-Altenessen statt

Seit acht Jahren tourt der Essener Großmeister Sebastian Siebrecht durch die größten deutschen Einkaufszentren, um den Schachsport publikumswirksam zu präsentieren und viele für den Denksport zu begeistern.

VON DIRK BÜTEFÜR

Mit der Veranstaltung „Faszination Schach“ wird auch das Allee-Center Essen-Altenessen bis zum 1. Februar in einen lebendigen Schachunterricht verwandelt. Täglich wird von 10 bis 20 Uhr ein reichhaltiges Programm angeboten. Im Mittelpunkt des Events stehen Kinder und Jugendliche. Mit „Faszination Schach“ hat Sebastian Siebrecht ein Erfolgsmodell kreiert, das bundesweit jährlich zehntausende Menschen erreicht. Der NORD ANZEIGER sprach mit dem Großmeister:

**Woraus resultierte die Idee, in Einkaufszentren mit Aktionen für den Kinderschachsport zu werben?**  
**Sebastian Siebrecht:** Einkaufszentren sind perfekte Orte für eine erfolgreiche Öffentlichkeitsarbeit, da sie zentral liegen und hier immer etwas los ist.

**In welchem Alter haben Sie begonnen, Schach zu spielen und wie sind Sie auf diese Sportart aufmerksam geworden?**  
Das Schachspielen habe ich

im Alter von sieben Jahren von meinem Vater gelernt. Ernsthaft bin ich dann mit 11 Jahren in einer Schach-AG des Helmholtz-Gymnasiums an die Sportart Schach herangegangen.

**Manche Menschen sind der Meinung, dass Schach keine Sportart ist. Worin liegt der „sportliche“ Aspekt?**

Wenn man einen Wettkampf, der bis zu sieben Stunden dauern kann, bestreitet, dann muss man auch körperlich fit sein - also physisch und psychisch. Dem Schachspieler wird alles abverlangt - auch wenn es offiziell „nur“ ein Denksport ist. Selbst Leistungssportler trainieren sogar ihre Ausdauer mit Schachspielen.

**Ab welchem Alter ist es sinnvoll, mit dem Schachspielen zu beginnen?**

Ideal ist es, im Grundschulalter mit dem Schachspielen zu beginnen. Ganz „zaghaf“ können schachbegeisterte Kinder aber auch schon mit fünf Jahren einsteigen.

**Fördert das Gesellschaftsspiel die Kinder?**

Spielerisch werden beim Schach viele Aspekte trainiert. Dazu gehören die Konzentrationsfähigkeit, vorausschauendes Denken und Lösungskompetenzen.

**Was macht den Reiz für Kinder und Jugendliche aus, Schach zu spielen?**

Der Reiz liegt im Wettkampf und natürlich auch darin, dass junge Spieler die Äl-

teren besiegen können. Selbstverständlich spielt auch das Miteinander eine große Rolle. Vor allen Dingen gibt es keinen Glücksfaktor, der den Spielern hilft - man ist zu 100 Prozent für Sieg oder Niederlage verantwortlich.

**Hilft der Schachsport bei der Integration von Kindern aus dem Ausland?**

Das ist absolut so! Schach funktioniert wie eine Sprache. Viele Projekte in sozial schwachen Gebieten und mit Flüchtlingen haben das gezeigt. Die Kinder stärken mit dem Schachsport ihr Selbstbewusstsein und das Vertrauen in sich selbst.

**Wie oft haben Sie in der Woche trainiert, um den Großmeister-Titel zu erreichen?**

Ich habe mich mit Leidenschaft und absoluter Begeisterung dem Training hingegen. In Stunden lässt sich dies nicht ausrechnen. Es gab auch keine festgelegten Trainingsstunden - ich war immer mit viel Liebe und Interesse bei der Sache.

**Haben Sie einen Tipp für Schach-Anfänger, wie sie eine Partie gewinnen können?**

Das Zentrum sollte man zuerst mit einem starken Bauern besetzen - zum Beispiel mit dem Zug e4. Danach sollten sich die Leichtfiguren wie Läufer und Springer entwickeln - Zug Sf3, Lc4. Anschließend kann der gegnerische König attackiert werden - Punkt f7, h7 - immer unter dem Motto: Matt geht vor!