

Martin Adomeit

[Zur Navigation springen](#) [Zur Suche springen](#)

Martin Adomeit (* [9. Oktober 1963](#)) ist ein deutscher [Tischtennistrainer](#). Er führte das deutsche Damen-Nationalteam zu mehreren internationalen Erfolgen.

Werdegang

Von 1978 bis 1980 arbeitete Martin Adomeit im Nachwuchsbereich der Vereine [Soester TV](#) und *TuS Ampen*. 1981 schloss er sich dem Verein [TuS Jahn Soest](#) an, der mit seinen Damen in der [Bundesliga](#) spielte. Hier trainierte er von 1981 bis 1996 den Nachwuchs. 1984 übernahm er zusätzlich das Traineramt der Damenmannschaft. Zudem war er von 1988 bis 1997 Honorartrainer des [Westdeutschen Tischtennis-Verbandes WTTV](#).

1996 stieg Adomeit beim [Deutschen Tischtennis-Bund DTTB](#) als Assistenztrainer ein. 1997 beendete er alle bisherigen Aktivitäten bei den Vereinen und übernahm das Amt des Bundestrainers der Damen. Unter seiner Regie siegte das deutsche Damenteam dreimal hintereinander in der [Europaliga](#). Zudem gewann es 1998 und 1999 den [European Ladies Team Cup](#), bei der [Europameisterschaft 1998](#) holte es Gold, [2000](#) Silber.

Im Oktober 2000 wurde Adomeit von [Richard Prause](#) als Damentrainer abgelöst. Zu den Gründen zählt die Enttäuschung darüber, dass das Damenteam bei der [WM 2000](#) keine Medaille holte. Adomeit übernahm nun die Verantwortung für den weiblichen Nachwuchs.^[1]

Von August 2004 bis April 2007 arbeitete Adomeit als Nationaltrainer und Sportdirektor in Luxemburg.^[2]



Adomeit als Coach von Weltklassemann Quadri Aruna

Besondere Einheiten für Talente

Erstellt: 28.12.2021 Aktualisiert: 28.12.2021, 08:01 Uhr

Von: [Wesley Baankreis](#)

[Kommentare](#)



Talente aus verschiedenen heimischen Vereinen nehmen das Bezirkskadertraining unter der Regie von Martin Adomeit dankend an. © Baankreis

Es war ein Bild, das in diesen Tagen und Wochen durchaus ungewohnt anmutete: An drei Adventssonntagen vor Weihnachten herrschte in der Sporthalle am Lüdenscheider Bierbaum reges Treiben. Grund dafür war das Bezirkskadertraining des Tischtennisbezirks Arnsberg, das in Zusammenarbeit mit dem TuS Bierbaum angeboten wurde.

Kreisgebiet - Insbesondere das letzte Training des Jahres am vierten Advent war am Bierbaum richtig gut besucht. 39 Jungen und Mädchen nahmen an diesem Tag, verteilt auf drei Gruppen je nach Altersklasse, an den Einheiten von Bezirkskadertrainer Martin Adomeit teil. „Die Resonanz war wirklich sehr gut. Wir haben uns in jeder Woche etwas gesteigert und einen festen Stamm an Kindern und Jugendlichen, die hierhin kommen“, freut sich Patrick Helmich vom TuS Bierbaum, der maßgeblich an der Organisation des Kadertrainings in der Bergstadt beteiligt ist.

Wir haben uns in jeder Woche etwas gesteigert und einen festen Stamm an Kindern und Jugendlichen, die hierhin kommen.

Patrick Helmich vom TuS Bierbaum

Vorrangig ist das Training für den Nachwuchs aus dem Tischtenniskreis Lüdenscheid gedacht – Mädchen und Jungen vom TuS Bierbaum, TuS Neuenrade, TV Städtisch-Rahmede Altena, TTC Altena und TuS Meinerzhagen sind dabei. Aber auch aus den angrenzenden Kreisen finden immer wieder Teilnehmer den Weg zum Bezirkskadertraining in die Bergstadt. „Von Sundern über Holzen bis hin zu Ferndorf kommen immer wieder Kinder auch aus anderen Kreisen zu dem im Kreis Lüdenscheid organisierten Training“, verdeutlicht Helmich.

Durch die Personallage im Bezirk gibt es ein gesamtheitliches Kadertraining derzeit nicht. Doch nicht zuletzt wegen der Corona-Pandemie hat sich ein dezentrales Training, wie eben das in Lüdenscheid, als mehr als guter Ersatz etabliert und steigert sogar die Resonanz, da gerade für Eltern die Wege deutlich kürzer sind als bei einem Training für den flächenmäßig großen Bezirk Arnsberg.

Eine Entwicklung, die gerade in Anbetracht der Corona-Entwicklungen durchaus herausfordernd ist und so nicht abzusehen war. „Tischtennis ist eine kontaktlose Sportart. Alleine schon durch die Platte gibt es genügend Abstand. Und da wir auch sehr genau auf alle anderen Regeln und Vorgaben achten, können wir das Training ohne Probleme durchführen“, meint Trainer Martin Adomeit.

Dabei betonen sowohl Adomeit als auch Helmich, wie wichtig neben dem Tischtennis an sich auch die grundsätzliche Bewegung für den Nachwuchs in dieser Zeit ist. Daher kommt es den Kindern zugute, dass der Bezirkskadertrainer neben dem reinen Tischtennistraining auch ein Aufwärmprogramm und eine „Cool-down-Einheit“ zum Abschluss im Programm hat, bei dem die Motorik der Jugendlichen gezielt trainiert wird. „Am Anfang war es vielleicht etwas ungewohnt. Aber mittlerweile ziehen alle auch in dem Bereich voll mit“, so Helmich.

Rein sportlich ist das Bezirkskadertraining in gleich mehrfacher Hinsicht ein großer Gewinn für die Jungen und Mädchen. Allein schon die Tatsache, gegen oftmals starke Gegner zu spielen und dabei auch immer wechselnde Trainingspartner zu haben, ist ein großer Anreiz. „Durch die lange Spielpause und ‘nur’ dem Training im Verein haben die Kinder oft gegen die gleichen Spieler gespielt. Hier lernen sie immer wieder neue Tischtennispieler kennen und haben damit große Abwechslung“, sagt Patrick Helmich. Hinzu komme, dass beim Kadertraining meist weniger Zeitdruck als im regulären Vereinstraining herrsche und somit auch noch mehr Zeit für Einzelarbeit bestehe.

Mit Martin Adomeit steht ein erfahrener Trainer zur Verfügung

Zudem profitiert der Nachwuchs von einem nicht alltäglichen Trainer. Vor seiner Zeit als Kadertrainer im Bezirk Arnsberg war Martin Adomeit drei Jahre Trainer der deutschen Frauen-Nationalmannschaft sowie drei Jahre Trainer der luxemburgischen Nationalmannschaft. Darüber hinaus coachte er mehrere Jahre die Frauen-Bundesligamannschaft aus Soest. „Das Training ist wirklich etwas Besonderes, bei dem alle Kinder und Jugendlichen viel mitnehmen“, erklärt Patrick Helmich.

TTVg. führt Training mit Ex-Bundestrainer Martin Adomeit fort

Oktober 6, 2021



Foto: TTVg Schwerte

Am morgigen Donnerstag, den 07.10. wird unsere nunmehr langjährige Zusammenarbeit mit EX-Damen-Bundestrainer Martin Adomeit fortgesetzt.

Martin Adomeit übernahm von 1997 (bis 2000) das Amt des Bundestrainers der Damen beim Deutschen Tischtennis-Bund; das deutsche Damenteam siegte unter seiner Regie dreimal hintereinander in der Europaliga, gewann 1998 und 1999 den European Ladies Team Cup und holte bei der Europameisterschaft 1998 die Gold- sowie 2000 die Silbermedaille. Als Nationaltrainer der Mädchen konnte er seine Erfolgsserie fortsetzen und gewann auch mit diesem Team im Jahr 2003 den Europameistertitel. Danach arbeitete er als Nationaltrainer zunächst in Luxemburg und danach in Belgien. Von den Mitgliedern des Verbandes Deutscher Tischtennis-Trainer (VDTT) wurde Martin Adomeit im Jahre 1998 zum „Trainer des Jahres“ gewählt.

In unregelmäßigen Abständen verstärkt Adomeit das engagierte Jugendtrainerteam der TTVg. bei der Gestaltung des Nachwuchstrainings. Durch die lange Erfahrung gelingt es Martin Adomeit dabei, auf Anhieb, auch unerfahrenen Spielern nach kurzer Zeit diverse Tips zu Technik bzw. Taktik zu vermitteln und ihre Spielstärke somit weiter auszubauen. Neben einer Menge Schweiß kommt aber natürlich auch der Spaß nicht zu kurz. Die Freude an Sport und Tischtennis steht immer im Vordergrund.

Im Anschluss an das Nachwuchstraining bittet Martin Adomeit die Seniorenabteilung an die Tische. Auch hier steht der Spaß im Vordergrund. Adomeit versteht es auch die Erwachsenen aus ihrer Komfortzone zu locken und zu verbessern.

Die TTVg. Schwerte ist Dankbar für das Privileg einen so kompetenten Trainer in der eigenen Sporthalle zu begrüßen und die Zusammenarbeit auch in der Zukunft fortsetzen zu können.