



Gut im Geschäft

„**Auf die meisten Erfahrungen** möchte ich nicht verzichten, die sind wichtig im Leben.“ Heiner Lauterbach sitzt gelassen im Clubhaus Beuerberg, hat gegrillte Dorade und Spargel bestellt. „Ich fahre in sieben Minuten mit dem Auto von zu Hause zum Golfplatz.“ Wenn Lauterbach für eine Rolle engagiert ist, kommt er so gut wie gar nicht zum Golfen. Doch in Leerzeiten, wenn das Wetter schön ist, „gehe ich siebenmal die Woche auf den Platz“.

Hier, in Beuerberg, spielte er auch sein erstes Turnier. Das zweite, an dem er teilnehmen wollte, hätte ebenfalls dort stattgefunden. „Doch genau an diesem Tag ist unsere Maya auf die Welt gekommen, und deshalb habe ich das Turnier natürlich abgesagt.“ Seit seiner Hochzeit spielen die Familie und die Fitness in Lauterbachs Leben die Hauptrolle.

Golfmedico: So durchtrainiert, wie Sie erscheinen, haben Sie offensichtlich alle Gesundheitswerte voll im Griff?

Heiner Lauterbach: Ich muss – beruflich bedingt – oft zum Arzt. Darsteller müssen ja versichert werden. Dementsprechend werden wir permanent durchgecheckt.

Wie lange spielen Sie schon Golf?

Golf ist meine Sportart geworden, sie entspricht mittlerweile meinem Alter. Ursprünglich habe ich mit elf Jahren angefangen, da bekam ich von meinen Eltern ein paar Trainerstunden. Damals, 1964, war Golf noch eine elitäre Angelegenheit. Echte Freude hat mir Golf erst viel später gemacht.

Wie ärgern Sie sich, wenn ein Schlag danebengeht?

Wenn ein Drive von der Ideallinie abschweift oder ein verflixter Putt nicht fällt, kommt mir meist ein gezeichnetes „-fix“ über die Lippen.



Der erste Kontakt fürs Interview erfolgte in Bad Griesbach beim Kaiser Cup (links im Bild: GM-Redakteur Antonio Marin)



Der Starnberger See gehört zum erweiterten Fitness-Bereich von Heiner Lauterbach

Treiben Sie, abgesehen von Golf, noch regelmäßig andere Sportarten?

Wir haben zu Hause ein Gym, und natürlich gibt es am Starnberger See schöne Möglichkeiten, im Wald und am Wasser zu laufen oder mit dem Fahrrad zu fahren.

Sie sind auch als großer Fußball-Freund bekannt.

Ich bin in Köln aufgewachsen und spielte als Kind lieber Fußball als Golf. In dieser Zeit wuchs auch meine leidenschaftliche Liebe zum 1. FC Köln. Als Anhänger des FC muss man allerdings sehr leidensfähig sein. Dennoch verpasse ich selten ein FC-Spiel auf dem Abo-Sender Sky.

Mit welchem Sender arbeiten Sie zurzeit zusammen?

Ich habe gerade zwei Filme abgeschlossen, die parallel gedreht werden mussten: „Die Weihnachtsmänner“, eine ARD-Komödie für nächste Weihnachten, und „Udo Honig – kein schlechter Mensch“, eine Satire in Anlehnung an einen bekannten Fußballmanager, der ins Gefängnis kommt.

Welche Rolle spielen Sie in dem Film?

Ich spiele den Gefängnisdirektor. Die Satire haben wir gerade abgedreht. Zur Zeit bereite ich mich verhältnismäßig intensiv auf einen Zweiteiler für die ARD vor, einen Film, den die Degeto Film produziert. Ich spiele gemeinsam mit meiner Tochter. Daher auch die sehr intensiven Vorbereitungen, weil ich mit Maya viel üben möchte. Das ist schön und macht großen Spaß.

Golf bleibt dann wohl in dieser Zeit auf der Strecke ...

(Lacht) Im Moment stand es ja wettermäßig nicht zur Debatte. Ja, die paar schönen Tage dazwischen hätte ich spielen können, ich habe aber gedreht. Aber bevor

wir diesen Zweiteiler zu drehen anfangen, werde ich wieder regelmäßig spielen.

Rund um den Starnberger See gibt es herrliche Golfplätze. Auf welchen spielen Sie bevorzugt?

Natürlich auf meinem Heimatplatz in Beuerberg. Sehr gerne spiele ich auch im Starnberger Golf Club. Manchmal auf dem Riedhof und schließlich – schon sehr selten – in St. Eurach. Das war's dann eigentlich mit den Clubs in meiner unmittelbaren Umgebung.

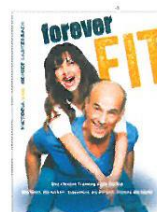
Gibt es weltweit einen Favoriten?

Ganz ehrlich, auf den ganz berühmten klassischen Golfplätzen habe ich noch nie gespielt, erinnere mich jedoch an schöne Plätze auf Mauritius und in Südafrika. Aber Favoriten habe ich nicht.

„Golf ist meine Sportart geworden, sie entspricht mittlerweile meinem Alter“

Das Thema Fitness nimmt bei Familie Lauterbach offensichtlich viel Raum ein. Im Frühjahr kam ein neues Buch von Ihnen und Ihrer Frau Viktoria auf den Markt.

„forever FIT“ heißt das Buch. Der Verlag Gräfe und Unzer kam auf uns zu. Wir haben uns ein paar Mal zusammengesetzt und gemerkt, dass wir so etwas machen möchten. Der erste Schwerpunkt in diesem Buch ist die Bewegung. Viktoria und ich schlagen Übungen ohne Geräte vor, die man überall, auch mit wenig Platz, machen kann, notfalls auf einer Fläche von zwei Quadratmetern. Der zweite Schwerpunkt ist die Ernährung. Wir geben Tipps für die Ernährung, zum Beispiel Smoothies.



Viktoria und Heiner Lauterbach:
„forever Fit“
Gräfe und Unzer Verlag
ISBN 978-3-8338-4174-3
€ 16,99