

Der Sog der Straße

Daniel Magel hätte dort landen können, wo viele aus Bremen-Tenever gelandet sind.

Es war der Sport, der ihn rettete, vor den Drogen, der Gewalt, dem Gefängnis.

Heute will er andere retten. Aber er hat einen neuen Gegner: die eigene Erschöpfung.

Von Kathrin Aldenhoff



Daniel Magel ist immer noch oft an den Orten, an denen er als Jugendlicher abhing. Wo er Weinflaschen exte und Drogen nahm. Er weiß, wovon er spricht, wenn er mit den Jugendlichen redet. FOTOS: LORENZ MEHRICH

Er hat sich die schwarze Kapuze seiner Winterjacke über den Kopf gezogen. Hofgang, eine Stunde draußen im Nasskalten statt in seiner Zelle. U-Haft, zehn Quadratmeter, das Fenster vergittert. Er ist sechzehn Jahre alt, wartet auf seinen Gerichtstermin, und da steht auf einmal dieser Typ im Knast, den er von draußen kennt, der ihn zum Boxen gebracht hat, der an ihn geglaubt hat: Daniel Magel. In Jogginghose, Hoodie und dicker Jacke fällt der 43-Jährige hier kaum auf. Nur dass Daniel Magel wieder aus dem Knast darf, wenn er seinen Job gemacht hat. Die Jungs bleiben.

Auf dem Gefängnishof in Bremen-Gröpelingen laufen Gruppen von jungen Männern ihre Runden, ein paar stehen um die Reckstangen herum, einer macht Klimmzüge. Daniel Magel geht auf ihn zu, der junge Mann fragt, ob er der Chef von Hood-Training ist, will ihm zeigen, was er kann. „Wow, richtig gut“, sagt Magel, „wenn du raus bist, komm zum Training.“ Und dann erzählt er von einem, der auch im Knast war und jetzt für ihn arbeitet. „Der kriegt bei uns zweite Chance“, sagt er, im Knast spricht er so, härter als sonst.

Deswegen kommt Daniel Magel her: Um die Jungs zu überzeugen, dass es besser ist, Sport zu machen, statt Raubüberfälle. Deswegen hat er im Jahr 2010 Hood-Training gegründet, mit Boxeinheiten und Trainings für Jugendliche.

Der Sechzehnjährige geht jetzt auf ihn zu, Daniel Magel sieht ihn: „Nein, du bist das? Nein, warum? Was hast du gemacht?“ Er schaut ihn an, sieht die Flecken unter seinem Auge. „Was ist das?“, fragt Magel. „Nur vom Boxen“, sagt der Junge und lächelt vorsichtig.

Tenever ist seine Hood, die Postleitzahl trägt er als Tattoo auf dem Arm

Und dann erzählt er, dass er seit drei Wochen hier in Untersuchungshaft ist. Dass er ein Messer gezogen und zugestochen habe, um einem Freund zu helfen, ein anderer habe sie mit einer Machete bedroht. „Ich hab einen abgestochen“, sagt er, Magel fragt, ob der andere noch lebt. Der Junge nickt. Es sei seine erste Anzeige. Verdacht auf versuchten Totschlag in Tateinheit mit gefährlicher Körperverletzung, sagt die Staatsanwaltschaft.

„Scheiße“, sagt Daniel Magel, als er eine halbe Stunde später die Gittertür des Gefängnishofs hinter sich schließt. „Scheiße Mann, von dem hätte ich das nie gedacht.“ Dass der Junge diesen Weg geht, den Weg der Straße. Und das, obwohl er im Hood-Training war, obwohl er als Kind bei Mangels Trainern boxt hat. Darum geht es ihm doch, dass der Sport diese Jungs rettet, so wie er ihn gerettet hat.

Das Gefängnis liegt im Westen der Stadt, im Osten liegt Tenever, früher verrufen, und ein wenig ist geblieben von dem Ruf. Daniel Magel hat hier seine Jugend verbracht, es ist seine Hood, die Postleitzahl hat er sich auf den Arm tätowieren lassen. Und auch wenn sich vieles geändert hat in Tenever: Immer noch gehört der Knast bei einigen hier zum Leben dazu.

Eine Zeit lang sah es so aus, als wäre das auch Daniel Magels Weg. Ein Jugendlicher in Bremen, geboren in Kasachstan, mit einem Mal mehr als viertausend Kilometer von seiner Heimat entfernt. Die Freunde und seinen Hund ließ er zurück, er suchte seinen Platz in diesem fremden Land, lernte die neue Sprache. Seine Kleidung klaubte er sich aus Plastiksäcken zusammen, zu Mittag gab es Tütensuppe mit Fladenbrot, sagt er. Es ist die Geschichte eines Jungen, der versucht klarzukommen, genau wie seine Eltern in ihrem neuen Leben. Nur: Er will jetzt als Erwachsener ein besseres Vorbild sein als die, von denen er gelernt hat.

Daniel Magel ist immer noch jeden Tag an den Orten, an denen er als Jugendlicher abhing. Er hat hier in Tenever das Hood-Training aufgebaut, von hier aus kämpft er seit Jahren für die Jungs und Mädchen, die Kids, wie er sie nennt. Er kämpft um Aufmerksamkeit, um Vertrauen und auch um Geld. Sein Konzept: Klimmzüge statt Leute abzocken, Disziplin statt Drogen.

Der Trainingsraum von Hood-Training, das Gym, wie Daniel Magel es nennt, ist mitten in Tenever. Hier trainiert er mit Kindern und Jugendlichen, hier steht er an einem grauen Vormittag, ein paar Tage vor seinem Besuch im Gefängnis. Mit zwei Helfern hat er neue Turmmatten ausgelegt, die alten sollen rüber ins Gefängnis, dort brauchen sie die dringend, sagt er.

Er erzählt jetzt erst mal, wie er jahrelang mit Jobs Geld verdiente und wie er am Wochenende ehrenamtlich für sein Hood-Training schuftete. „Wenn du unbedingt etwas erreichen willst in diesem Leben, dann musst du alles geben und über deine Grenzen gehen“, sagt er. Inzwischen hat er Angestellte, beschäftigt Trainer für die Arbeit im Bremer Gefängnis, für Workshops und Sportangebote. Er überzeugte Stiftungen, die AOK und die Bremer Sozialbehörde, sein Projekt zu finanzieren. Hood-Training gibt es inzwischen in ganz Bremen, in Berlin, Frankfurt und München.

Er habe seinen Weg gefunden. Aber er weiß, es hätte auch anders kommen können, mit dieser Wut im Bauch und dem brennenden Wunsch, es allen zu beweisen.

Daniel Magel war zwölf, als er 1995 mit seinen Eltern und seinem älteren Bruder nach Deutschland kam, als Spätaussiedler. Sie zogen nach Osterholz-Tenever, in das Viertel ganz im Osten von Bremen, mit den großen Wohnblocks, den Dünen aus Beton gleich neben der Autobahn.

Die Hälfte der Wohnungen in den Blocks stand leer damals, Mitte der Nullerjahre war jeder Vierte hier arbeitslos, ein Viertel der Haushalte lebte von Sozialleistungen. Achtzig Prozent der Kinder und Jugendlichen hatten einen Migrationshintergrund, fast doppelt so viele wie in ganz Bremen. Es war das Viertel mit den meisten Kindern und den kleinsten Wohnungen.

Es war das Viertel, in dem die Gefahr groß war abzurutschen, in die Drogensucht, die Kriminalität, so sagen es Menschen, die Tenever gut kennen.

Anfang der Nullerjahre galt Tenever als abgehangenes Quartier. Dann wurden Blocks mit fast tausend Wohnungen abgerissen, das Viertel sollte aufgewertet, offener und familienfreundlicher werden.

Wo heute Klimmzugstangen stehen, ragten mal vierzehn Stockwerke in die Höhe. Es sind nur ein paar Schritte von Magels Gym dorthin. Er steht jetzt auf dem Trainingsplatz und lächelt. Das hier sei ein guter Ort für ihn, sagt er. Immer wieder hatte er dem damaligen Quartiersmanager gesagt, dass es so etwas brauche. Seine erste eigene Wohnung hatte er in einem der Blocks gegenüber, als die Klimmzugstangen 2015 aufgestellt wurden, war er schon einige Straßen weitergezogen.

Ein paar Schritte, dann steht er vor seiner alten Schule. Bis zur zehnten Klasse ging Magel in die Oberschule Koblenzer Straße, doch der Name trügt: Es ist eine Schule, an der die landeten, die ganz unten waren. Eine andere Muttersprache, überforderte Eltern, Geldsorgen. Zukunft: ungewiss. Er habe hier alles gesehen, Schlägereien, Messerstechereien, Leute, die vom Balkon gesprungen sind.

„Dinge passieren in Tenever, immer wieder, immer wieder. Die Bilder sind im Kopf. Die sind nicht auszulöschen.“ Die Gewalt, sie war immer da.

Er kokste, er klaute, wurde angezeigt. Das Übliche hier

Schon in der Kindheit, in der Schulzeit in den Achtzigerjahren in Kasachstan, gab es Schläge von den Lehrern mit dem Stock auf die Finger und Prügel zu Hause mit dem Gürtel, wenn die Noten schlecht waren, so sagt er es. Was zählte, war Disziplin. Sein Vater machte jeden Tag Klimmzüge an der Stange vor dem Haus und fand, dass Kinder in Deutschland zu früh zu viel Freiheit hätten. Das bringe sie auf den falschen Weg. Auch mit 73 macht der Vater noch Klimmzüge. „Man musste hardcore performen in Kasachstan“, sagt sein Sohn.

Seit einigen Monaten kommen die Erinnerungen an all das, die Kindheit in Kasachstan und die ersten Jahre in Deutschland, mit Wucht zurück. Drücken ihn nieder und machen ihn, der immer stark war, schwach. Er hat Schmerzen im Rücken, ein Bandscheibenvorfall, kann nicht mehr trai-

nieren wie sonst, grübelt. „Du kannst nichts machen, nur denken und dich kaputt machen mit deinen Gedanken“, sagt er. Im Sommer vergangenen Jahres fing er damit an, zu verarbeiten, was er lang verdrängt hat.

Im Jahr 1995 hatten die Eltern entschieden, mit ihren Kindern nach Deutschland zu gehen, sie sollten es besser haben. Und dann landeten sie in Tenever.

Heute fährt Daniel Magel mit seinem Dienstwagen durchs Viertel, einem grauen VW. Die Blocks sind inzwischen weiß und nicht mehr grau, aber in den Statistiken steht das Viertel meist immer noch am falschen Ende: weit oben bei der Arbeitslosigkeit und den Sozialleistungen, weit unten bei der Wahlbeteiligung und dem Durchschnittseinkommen. Die Zahl der Straftaten im Stadtteil Osterholz, zu dem Tenever gehört, stieg 2024 verglichen mit dem Vorjahr – wie in den meisten Teilen Bremens.

Als Daniel Magels Familie damals hier ankam, war schnell klar: Das Diplom aus der Sowjetzeit nützt dem Vater nichts in dem Land, in dem zwar seine Vorfahren einmal geboren wurden, dessen Sprache er aber mit einem fremden Akzent sprach, mit einem altmodischen Wortschatz. In Bremen fing der Vater als einfacher Arbeiter an, nach der Schicht gingen seine Frau und er putzen. Daniel Magel erinnert sich,

wie er in der Schule von den Jungs gedüst wurde, weil er die falschen Schuhe trug. Also wollte auch er ganz schnell Adidas und Nike haben. Aber dafür brauchte er Geld.

Es ist ein kalter Tag, wenige sind in den Straßen und Parks von Tenever unterwegs. Daniel Magel fährt an einem Freizeithaus vorbei, an der Stange auf dem Hof hat er seine ersten Klimmzüge gemacht, damals, als es hier noch keine Orte gab für Jungs wie ihn, die so viel Energie hatten und nicht wussten, wohin damit.

Da, hinter den Häusern, sagt er, hat er mit vierzehn vor der Party im Freizeithaus eine Flasche Wein geest, und da vorn haben sie einem Dealer das ganze Gras geklaut und alles geraucht, einen Joint nach dem anderen. Einfach so. Sie feierten den achtzehnten Geburtstag eines Freundes im Treppenhaus eines der leer stehenden Hochhäuser, mit Whiskey, Gras und Ghetoblaster, die Eingangstür hatten sie eingetreten. „So war man unterwegs“, sagt Daniel Magel. „Weil wir halt einfach nichts Besseres zu tun hatten.“ Der Sog der Straße – er weiß, wie stark der ist.

Als Vierzehnjähriger sei er fasziniert gewesen von den Typen, die Randalen machten, Autos aufbrachen und die Kohle rausnahmen in Restaurants oder für Klamotten. Er kiffte, probierte Koks und Ecstasy, prügelte sich und raubte Leute aus, bekam An-

zeigen wegen gefährlicher Körperverletzung. Viele, mit denen er seine Jugend verbracht hat, sitzen heute im Knast oder sind tot, sagt er. Er selbst sei nie ins Gefängnis gekommen, „Ich hab immer Glück gehabt“.

Bei der Polizei gilt Jugend als Risikofaktor für Kriminalität. Weil Jugendliche sich leichter beeinflussen lassen, weil es zur Pubertät dazugehört, gegen Regeln zu verstoßen, und nicht alle wissen, wo die Grenzen sind. Oder weil es ihnen einfach egal ist. Vielleicht, weil das schnelle Geld so verlockend ist, wenn man jung ist und alles will.

Er hatte Abi, Bachelor, Master, und war damit natürlich: eine Ausnahme

Und es so verdammt hart ist, zu begreifen, dass die gut bezahlten Jobs, die großen Autos und die schicken Häuser nicht für jeden zu haben sind. Wo man herkommt, wie man aufwächst, das bestimmt in diesem Land häufig immer noch, wie weit man es schaffen kann – oder eben nicht.

Daniel Magel biegt jetzt ab Richtung Forensische Psychiatrie. Vor einer Wiese mit Trainingsbahn hält er an. Runde um Runde lief er auf dieser Bahn, Tag für Tag. Er war achtzehn, wollte Abitur machen, dann zur Bundeswehr, studieren. „Meine Eltern sind doch wegen uns hergekommen, für unsere Zukunft“, sagt er.

Schneller laufen, mehr Liegestütze schaffen, heftiger trainieren als die anderen, er wollte es allen beweisen. „Du hast zwei Stunden hart trainiert, geschwitzt, dann bist du frei“, sagt er. „Frei von Sorgen, von komischen Gedanken.“ Disziplin, stark sein. Das wurde sein Weg.

Jahre später fing Magel dann in der Bremer JVA an, mit jugendlichen Intensivtätern zu arbeiten, mit Geflüchteten und jungen Erwachsenen, die ähnlich aufgewachsen waren wie er. Da hatte er längst sein Abitur, hatte Mathematik und Inklusionspädagogik studiert, Bachelor und Master. Und war damit die Ausnahme in einem Viertel, in dem damals nicht einmal zwanzig Prozent Abitur machten und fünfzehn Prozent die Schule ohne Abschluss abbrachen. Er klopfte an die Zellentür der Gefangenen, jede Woche, nahm sie mit in den Trainingsraum. Sie hörten Hip-Hop und machten Klimmzüge. Manche hat er nach der Haft draußen beim Training wiedergesehen.

„Wenn wir einen im Knast überzeugen, dass es besser ist, zu arbeiten und Sport zu machen, dann haben wir's geschafft“, sagt

Daniel Magel im Gefängnis. Er läuft von der U-Haft zur Jugendstrafhaft, denkt nach über den Sechzehnjährigen mit dem Messer. Solche Begegnungen sind der Grund für die Wut, der manchmal hat, darüber, wie es läuft auf der Straße. Und warum er trotzdem weitermacht.

Es sind nur ein paar Schritte von einem Gefängnisstrakt zum anderen – die einen warten auf ihren Gerichtstermin, die anderen wurden schon verurteilt. 17 junge Männer sitzen in der U-Haft der Bremer Justizvollzugsanstalt (JVA), 14 in der Strafhaft, die jüngsten sind 16, die ältesten 24.

Die meisten seien wegen Gewaltdelikten in Verbindung mit Raub hier, sagt Gesa Lürßen. Sie leitet seit 2012 den Jugendvollzug. „Das heißt, sie hatten eine Waffe dabei, haben jemanden bedroht, manche haben die Waffe eingesetzt, manche hatten das Messer nur in der Tasche.“ In den Haftbefehlen und Urteilen lese sie häufig von gezückten Messern, in Einzelfällen auch von Macheten. „Das ist gar nicht so ungewöhnlich.“ Viele bleiben Monate, manche Jahre. Und einige kommen wieder, nachdem sie entlassen wurden.

Eine zweite Chance gibt es nicht für jeden. Ein Neunzehnjähriger, der im Knast trainiert, erzählt, er sei zum vierten Mal hier, ein anderer war mit vierzehn das erste Mal im Gefängnis, jetzt ist er sechzehn. Was sie aber auch sagen: Dass sie sich ein klein wenig frei fühlen, wenn sie in dem kleinen Raum im Keller der JVA Klimmzüge machen und Hanteln stemmen. Nach der Haft gehen die meisten zurück in ihr altes Leben. Einmal Knast, immer Knast, ist das der Weg?

Er redet jetzt offen über seine Schmerzen, seine Schwächen. Ein Anfang

Für manche ja. Aber nicht für alle. Einige schafften es in der JVA zum ersten Mal, regelmäßig zur Schule zu gehen, sagt Gesa Lürßen. Manche machten hier ihren Schulabschluss oder ihr A2-Sprachzertifikat in Deutsch. „Die sind so stolz, dass sie endlich mal was geschafft haben“, sagt Lürßen.

Wer was erreichen will, kann erschaffen, auch in Tenever. Nur manche brauchen jemanden, der ihnen hilft, das überhaupt zu wollen. So ein Mensch will Magel sein. Er hat nicht nur ein Unternehmen gegründet, sondern auch eine Familie. Auch seine Frau trainiert Kinder in Tenever, bringt ihnen bei: Du bist stark, du bist wertvoll. Das, was ihm damals keiner sagte.

Er hat etwas anderes verinnerlicht: „Perfektionismusscheiße“, so nennt er das. „Es war die ganze Zeit Hardcore-Stress, seit meiner Kindheit“, sagt Daniel Magel. Deutsch lernen, bessere Noten schreiben in der Schule, Anerkennung holen von den Jungs auf der Straße. Magel sagt, dass der Sport ihm geholfen hat, die Anspannung rauszulassen. „Aber die ganze Wut kriegst du nicht raus“, sagt er.

Ein Vormittag im Januar, Daniel Magel sitzt auf einer Bank vor dem Trainingsraum in Tenever, drinnen spricht einer seiner Trainer mit Achtklässlern darüber, was süchtig macht. Noch vor ein paar Monaten hat er diese Workshops selbst geleitet. Damit ist Schluss. Er kann nicht mehr.

„Ich hab immer gelacht über Leute, die erzählen, Burn-out und so. Digga, was Burn-out. Ich lache über Burn-out.“ Urlaub machte er selten, und wenn, dann arbeitete er weiter, sein Handy hatte er jada bei. Stellte Anträge auf Stiftungsmittel, bezahlte seine Mitarbeiter. Mehr als eine halbe Million Euro Einnahmen und Ausgaben hatte sein Unternehmen im vergangenen Jahr, sagt er. Läuft eine Förderung aus, braucht es die nächste, sonst muss ein Kindertraining oder ein Workshop gestrichen werden. Er trägt Verantwortung, für die Kids, seine Mitarbeiter, seine Familie.

Jahrelang kiffte er, um runterzukommen. Als er damit aufhörte, trank er mehr. Und als er auch damit aufhörte, streikte sein Körper. Probleme mit dem Darm, der Bandscheibenvorfall, Depression, Burn-out – nichts ging mehr. Das war vergangenes Jahr im Sommer. „All die Gefühle, all die Traumata aus der Kindheit, aus der Jugendzeit hab ich immer mit Gras oder mit Alk unterdrückt“, sagt Daniel Magel.

Er rief damals einen Freund an, der ihm gesagt habe: Aufgaben könne jeder. Wirklich stark sei es, weiterzukommen. Seine Assistentin im Büro sagte: Jeder bekommt so viel vom Schicksal, wie er gerade so noch tragen kann. Also begann er eine Psychotherapie. Liefs andere die Workshops halten und die Kids trainieren und fuhr drei Wochen zur Reha an die Nordsee. Seitdem übt er sich darin, die „Perfektionismusscheiße“ einfach mal sein zu lassen.

An diesem Tag in der JVA sperrt er Gittertüren auf und hinter sich wieder zu. Junge Männer stehen auf dem Hof der Jugendstrafhaft, kicken einen Ball hin und her. Daniel Magel stellt sich dazu. Ein paar kommen auf ihn zu, man kennt sich. Sie reden übers Essen und die dünnen Matratzen. Als einer fragt, wie es ihm geht, sagt Magel: „Ich bin ein bisschen geballert, Digga, ich hab ein bisschen Gesundheit. Ich hab immer zu doll gemacht.“ Er sagt, dass er oft Schmerzen hat. Echt sein – dazu gehört für ihn seit Kurzem auch, nicht stark zu sein.

Ein paar Minuten vorher hatte er den Sechzehnjährigen mit der Kapuze im Hof gefragt, was er tun würde, wenn er noch einmal in der Situation von damals wäre, als er zugestochen hat. „Ihn hauen“, sagt der Junge. „Ist ja ähnlich“, sagt Daniel Magel. Sein Vorschlag: nichts mit solchen Leuten zu tun haben. Die Polizei rufen. Der Junge sagt, jetzt, im Nachhinein, wisse er das. Und dass er auf Bewährung hoffe, damit er bald wieder draußen ist.

Daniel Magel gibt ihm die Hand, geht zur Tür, bleibt noch mal stehen, dreht sich um und sagt dem Jungen, dass er neue Geräte für den Trainingsraum in der JVA organisiert hat, neue Matten. Dass er sich nicht vollabern lassen soll. Und dass er wiederkommt.