

# Der Glaube gibt ihr Halt

**PORTRÄT:** Alle Zelte abbauen, in ungewohnter Umgebung komplett neu anfangen, das hat Reem Khamis schon einmal gemacht. Die Ägypterin ist 2013 aus ihrer Heimat nach Hamburg gekommen. Jetzt hat die 22-Jährige das, was sie dort aufgebaut, zurückgelassen, ist für ihren Trainer und ihren Sport Karate nach Kaiserslautern gezogen, studiert in Landau und ist auf dem Weg an die Weltspitze. Aber es gibt auch dunkle Momente.

VON MARIA HUBER

**KAISERSLAUTERN.** Manche Menschen fliegen aus der Bahn, wenn sich ein Punkt im Leben ändert. Bei Reem Khamis haben sich alle geändert. Gleichzeitig. Wenn sie darüber nachdenkt, kriegt sie manchmal selbst ein bisschen Angst. Die 22-Jährige wohnt das erste Mal allein, ihre Familie und ihre Freunde sind mehr als 600 Kilometer von ihr entfernt. Sie hat die Uni gewechselt, die Studienfächer und ist jetzt in der Sportfördergruppe der Bundeswehr. „Es fällt mir noch gar nicht so leicht zu sagen, dass das jetzt mein Beruf ist“, sagt sie und mustert ihren Karateanzug. Dass die Fahrten zur Uni nach Landau, der Spagat zwischen Training und Studium, Studium und Wettkämpfen, sie fordern werden, war ihr schon vorher klar. Aber wie sehr sie das tun, sieht sie erst jetzt.

## Kata in Ägypten

Sechs- bis achtmal pro Woche steht Reem Khamis im Dojo des Teikyo-Karate-Teams in Kaiserslautern. Von Freitag bis Montag übt sie mit Karate-Weltmeister Jonathan Horne, den sie als Bundestrainer bei den Kadertrainings der Deutschen Nationalmannschaft kennengelernt hat. Unter der Woche, wenn Horne, der nur an den verlängerten Wochenenden zuhause ist, als Ausbilder in der Kaserne arbeitet, steht sie mit dessen Trainer Uwe Schwelm auf der Matte zum Athletiktraining, am Wochenende trainiert sie dann intensiver mit Horne. Karate war schon immer ihr Leben. „Ich habe schon in Ägypten mit Kata angefangen. 2013 bin ich nach Deutschland gekommen. Ab 2014 habe ich in meinem alten Heimatverein unter meinem Heimtrainer Ralf Becker trainiert. Die ganzen Erfolge habe ich in Hamburg unter ihm geholt. Vor zweieinhalb Jahren habe ich mit Jonny als Bundestrainer angefangen zu trainieren. Und es hat funktioniert“, sagt sie und muss grinsen. Anfangs habe sie nicht viel mit ihm anfangen können, gibt sie zu. Horne sei ihr zu ruhig gewesen. Aber je mehr sie mit ihm zusammenarbeitete, merkte sie, dass ihr genau diese Art guttat und er sie, den Kopfmenschen, mit seiner offenen, ehrlichen Art und manchmal knallharten Worten weiterbrachte.

## Horne als Vorbild

Die Wahl-Hamburgerin fuhr vor großen Wettkämpfen nach Kaiserslautern, trainierte mit dem früheren Weltmeister, „der so viel gerissen hat und so bodenständig ist“ – und feierte einen Erfolg nach dem anderen. Seit 2022 ist Reem Khamis Deutsche, startet für die Nationalmannschaft. Sie war beim Weltcup. 2023 wurde sie in Spanien im Kumite der Frauen -61 kg Europameisterin im Einzel und im Team. Und sie nahm an den European Games teil, „letztendlich einer der größten Wettkämpfe für Karatekas, weil Karate ja nicht mehr olympisch ist“, erklärt sie und klingt dabei eher ehrfürchtig und keineswegs überheblich.

Dass die Ägypterin eingebürgert wurde, passierte so plötzlich wie letztendlich vieles in ihrem Leben. „2022 bekam ich einen Anruf, ob ich diese Woche Zeit hätte für eine Einbürgerung“, erzählt sie. „Ich sagte, das kriegen wir irgendwie hin. Einen



**Glücklich mit ihrem Trainer:** Nach einem ihrer vielen Erfolge fällt sich Karateweltmeister und Olympiasieger Jonathan Horne um den Hals und bedankt sich. FOTO: DKV/BRIGITTE KRAUSSER/OHO

Tag später bin ich mit meinem Pass zum Kadertraining gefahren.“

## Hamburg, die Traumstadt

Es war das vorübergehende Ende ihres Umzugs aus Ägypten. Ihr Vater wohnte und arbeitete in Deutschland. Reem lebte mit ihrer Mutter und ihren Geschwistern in Ägypten. „Dann kamen wir auf die grandiose Idee, herzu ziehen“, schildert sie lachend den Moment, der ihr Leben auf den Kopf stellte. Mit Hamburg habe sich ihr Vater „eine schöne Stadt ausgesucht“, findet sie. Dass die 22-Jährige jetzt in Kaiserslautern gelandet ist, „hat sich so ergeben“, versucht sie in Worte zu fassen, wie alles noch mal auf den Kopf gestellt wurde. Reem Khamis wollte mit Jonathan Horne weitertrainieren, „es gab auch in Hamburg ein paar Umstände, die nicht so gepasst haben“. Deshalb habe sie sich für den Umzug in die Pfalz und eine „ungeplante 180-Grad-Wende“ entschieden. „Letztendlich habe ich mich aus allem rausgerissen, was eine Riesensache für mich hatte: meine Familie, mein alter Verein, Freunde und Hamburg als Stadt, die relativ schön war.“ Seit 2013 hatte sie an der Elbe ihr neues Leben aufgebaut, viel erlebt und gelernt, den Sport als Halt gefunden.

## Das letzte Puzzleteil

Dass sie jetzt auch noch das Studienfach und die Uni wechselte, gehört ebenfalls zur Geschichte mit der ungeplante 180-Grad-Wende. Eigent-

lich wollte die Wahl-Pfälerin in Hamburg Mathe und Sport auf Lehramt studieren. „Ich habe mich dafür beworben, habe aber vergessen, dass man eine Schwimmlizenz braucht.“ Die hatte sie nicht, und damit hätte sie ein halbes Jahr warten müssen. In Landau war die Frist für die Bewerbung um einen Studienplatz einen Monat länger. Es war das letzte fehlende Puzzleteil.

Reem Khamis wurde an der Uni angenommen, fand innerhalb von vier Wochen eine Wohnung in Kaiserslautern und zog her. Seit Oktober studiert sie in Landau. Dass das mit der Wahl der Studienfächer nicht ganz glatt lief, sieht sie nicht so tragisch. Sie wollte auch in Landau Sport auf Lehramt studieren. „Aber ich habe mich kurz vor der Sportprüfung verletz – Meniskusariss. Dementsprechend musste ich meine Bewerbung wieder komplett umstellen und studiere jetzt Mathe und Deutsch.“

Wie „knackig“ das alles insgesamt werden würde, stellte sie erst im Lauf der Zeit fest. Als sie das Studium für den Sport etwas schleifen lassen musste. Als die Grundausbildung bei der Bundeswehr dazukam. „Viele Dozenten haben kein Verständnis dafür, dass ich Wettkämpfe habe.“ Dementsprechend sei es schwer, Prüfungen zu verschieben, alles miteinander zu verknüpfen. Aber die deutsche Karatekämpferin mit ägyptischen Wurzeln will das jetzt alles durchziehen. Schließlich hat sie das Studienfach schon einmal gewechselt, hat vorher Maschinenbau studiert und festgelegt, dass das „doch nicht das Richti-

ge“ war. Das, was sie jetzt mache, mache ihr Spaß, versichert sie.

## Zweifel und Fragen

Reem Khamis gibt aber auch offen zu, dass ihr „relativ häufig“ Zweifel kommen, ob der komplette Cut nicht zu groß war. „Normalerweise war bei mir das einzig Stressige der Wettkampf. Jetzt wohne ich das erste Mal alleine, bin das erste Mal über einen längeren Zeitraum von meiner Familie weg, zu der ich eine enge Bindung hatte. Plus die ganze Umstellung. Das stresst mich schon ganz schön und man stellt sich die Frage, lohnt sich das? Habe ich die richtige Entscheidung getroffen? Aber die Frage kann einem keiner beantworten.“

Dass Karate jetzt Khamis Beruf ist, muss sie „erst noch verdauen“. Sie wird als Sportsoldatin eingesetzt, muss zusätzlich zum Studium Ausbildungslerngänge der Bundeswehr besuchen. „Mein Job ist es, Leistung zu bringen und Medaillen zu holen“, beschreibt sie, was von ihr erwartet wird, und fügt an, dass der Wechsel in die Pfalz ohne ihren Sponsor, Olaf Gayko, Geschäftsführer der CR Container Trading GmbH Hamburg, der sie seit Jahren unterstützt, nicht möglich gewesen wäre. „Ohne ihn hätte ich mit Karate aufhören müssen, nicht hierherziehen können und weiter vom WM-Titel träumen müssen.“ Die Firma unterstützt sie auch nach ihrem Umzug bis zum Start bei den World Games. „Ich hoffe, dass ich ein bisschen was zurückgeben kann, sowohl an meinen alten Trainer, als

auch an meinen alten Verein.“ Und an Jonathan Horne. „Dass er sich an einem Sonntag zweimal hinstellt und mit mir trainiert, ist nicht selbstverständlich.“

Europameisterschaft, Weltmeisterschaft und World Games stehen in diesem Jahr auf dem Programm und der Wunschliste der Athletin. „Das Jahr dann mit einer Weltmeisterschaft zu beenden, ist schon krass“, sagt sie und meint damit die WM in Kairo. Dort, wo alles begann, wo sie mit Karate angefangen hat, bei Kinderturnieren kämpfte, dann später mit der Deutschen Nationalmannschaft ihre erste Weltcup-Medaille (Bronze) und ihre erste Gold-Medaille holte.

Ihr Trainer Jonathan Horne traut ihr alles zu, auch die ganz großen Erfolge. Er hält viel von ihr. „Reem ist fleißig, liebevoll, hört meistens zu, gibt immer Gas. Sie hat aufgehört zu fragen, warum sie etwas tun soll, sie macht es einfach, merkt aber auch, wenn Dinge funktionieren. Es ist ein Gesamtpaket. Reem als Mensch ist einfach top. Und Reem als Athletin ist einfach unbeschreiblich. Sie hat eine brutale Grundschnelligkeit und einen enormen Siegeswillen.“

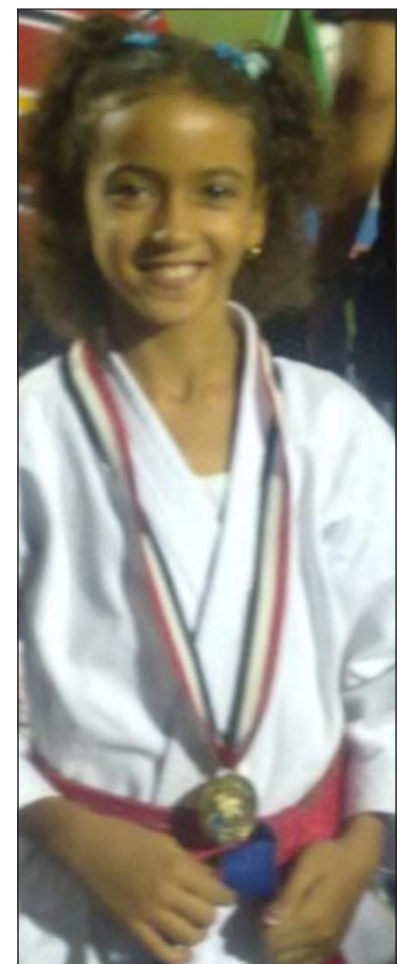
Dass sie mit dem Trainer, für den sie hergezogen ist, gut und offen reden kann, ist für die Muslima enorm wichtig. Zweifel, ob der Weg und die 180-Grad-Wende richtig waren, kommen Reem Khamis trotzdem immer wieder. Aber sie kann gut damit umgehen. „Da hilft mir mein Glaube unbeschreiblich viel weiter. Da fühle ich mich aufgehoben.“

## ZITIERT

### Reem Khamis philosophisch

Das postete die Karatekämpferin zum Jahreswechsel 2025 auf Instagram, als sie den Umzug hinter sich und das Abenteuer vor sich hatte:

*Plötzlich wacht man auf in einem neuen Leben, in einer fremden Stadt, mit einem Neustart.  
Plötzlich wacht man auf, spürt das Kribbeln im Bauch und vertraut einfach dem einen Freund auf der Reise, dem einen großen Traum, dieser mutigen Zeit.  
Plötzlich wacht man auf, Tränen laufen leise hinab, das Herz voller Unsicherheit, die Emotionen wie eine Achterbahn im Auf und Ab.  
Aber vielleicht ist das der Trick, dankbar für das Gestein sein zu sehen, wer du deshalb heute bist, die Reise ohne NaVi anzutreten die Überraschungsmomente, die das Leben schreibt, als Schatz zu sehen, der für immer bleibt.  
Wie ein Uno-Spiel: Es geht zügig voran, doch mit Uno-Reverse kommt ein neuer Plan.  
Mal läuft alles glatt, mal dreht sich das Blatt. |huzl*



**In Ägypten begann alles für Reem Khamis. Dort feierte sie ihre ersten Erfolge, holte die ersten Medaillen.** FOTO: KHAMIS/OHO



**Kämpft für die deutsche Nationalmannschaft:** Reem Khamis (rechts) bei der Europameisterschaft 2024 in Zadar, Kroatien. Sie kehrte mit der Bronzemedaille nach Hause. FOTO: KHAMIS/OHO



**Reem Khamis Wohnzimmer, in dem sie auch zeitweise übernachtet hat:** das Dojo des Teikyo-Karate-Teams Kaiserslautern. Hier trainiert sie intensiv mit Karate-Weltmeister und Olympiateilnehmer Jonathan Horne. FOTO: MARIA HUBER