



# Wir zeigen die Vielfalt

*Gemeinsam ist uns, dass wir für die ÖBB arbeiten. Unsere Freizeitinteressen sind ganz unterschiedlich. Wir begleiten KollegInnen bei ihrem Hobby und zeigen, was sie können.*

## Geschichten, die das Leben schreibt

**Kampfkunst.** *Thomas Hippmann nahm sein Schicksal in die Hand und stellte damit die richtigen Weichen für sein Leben.*

**M**anchmal sind schlimme Erlebnisse ein schicksalhafter Anstoß für eine Reihe positiver Ereignisse im Leben. So erging es Thomas Hippmann, Lehrlingsausbilder in der Lehrwerkstätte Wien Penzing. Sein persönlicher Dominostein, der eine Kettenreaktion auslöste, war ein dramatisches Erlebnis

im Jahr 1994. Am Weg zur Wiener U-Bahn-Station Karlsplatz wurde Hippmann überfallen und mit einem Messer attackiert. Die Minuten des Überfalls beschreibt er heute als ein einziges Gefühl der Starre. Er konnte weder sprechen noch einen einzigen Muskel seines Körpers bewegen. Die körperliche Wunde heilte schnell, das

Gefühl des Ausgeliefertseins blieb. Ein Zustand, mit dem Hippmann nicht leben wollte. Wing Tsun brachte die Lösung. Heute ist Hippmann Meister und lehrt anderen diese Kampfkunst.

### Schlüsselmomente

Thomas Hippmann suchte nach dem Vorfall lange nach einer geeigneten Form der Selbstverteidigung. Er wollte eine solche Situation nie wieder erleben. Daher interes-

sierten ihn Gewaltprävention und Deeskalation gleichermaßen. Ein Schlüsselmoment

### *Am Weg zur U-Bahn-Station Karlsplatz wurde Hippmann überfallen und mit einem Messer attackiert.*

2016 ist er selbst einer von acht Meistern in Österreich. Mittlerweile unterrichtet er in seiner eigenen Schule in Krems und auch noch in St. Pölten.

Gemeinsam mit anderen TrainerInnen bietet er Gewaltpräventionstrainings an Schulen an. Er vermittelt dort Kindern und Jugendlichen, wie sie Verantwortung für die eigene Sicherheit übernehmen können.

### Beruf und Berufung

Doch damit nicht genug: Auch seine Frau konnte Hippmann für Wing Tsun begeistern, bis heute verbindet sie dieses gemeinsame Hobby. Im Jänner wurde er zum zweiten Mal Vater, auch sein dreijähriger Sohn zeigt schon reges Interesse. Sein eigener Trainer ist heute auch sein bester Freund. Zahlreiche weitere Freundschaften entstanden im Zuge von Wing Tsun, denn Vertrauen unter den TrainingspartnerInnen ist laut Hippmann das Um und Auf. Nach vielen Jahren bei den ÖBB erkannte er durch die Wing-Tsun-Trainertätigkeit die Freude am Vermitteln von Inhalten. Als er dann die Stellenausschreibung als Lehrlingsausbilder sah, war ihm klar, was er künftig machen möchte. Seitdem ist er mit Herz und Seele Ausbilder in der Lehrwerkstätte Wien Penzing.

### Vertrauen als Basis

Thomas Hippmann trennt seine Wing-Tsun-Tätigkeit grundsätzlich streng von seinen

### WAS IST WING TSUN

Wing Tsun (WT) ist eine Kampfkunst und kein Kampfsport. Die Entwicklung von WT begann vor rund 250 Jahren in China. Grundprinzip: Die Kraft des Angriffs wird abgeleitet und wieder gegen die GegnerInnen gerichtet. So ist es auch körperlich schwächeren Personen (und potenzielle AngreiferInnen sind meistens stärker) möglich, sich effizient zu wehren. Das Training verbessert auch die körperliche Fitness und Beweglichkeit. Interessierte finden hier weitere Informationen: [www.ewto.at](http://www.ewto.at)

Aufgaben bei den ÖBB. Da ihn jedoch vermehrt Lehrlinge auf Vorfälle in der Freizeit ansprechen und nach Lösungen fragen, lässt Hippmann Elemente der Gewaltprävention in den Unterricht miteinfließen. Zwischen den AusbilderInnen und den Lehrlingen besteht das dafür notwendige Vertrauensverhältnis. Zusätzlich verwendet er im Sportunterricht mit den Lehrlingen viele Übungen, die Körper, Gleichgewicht und Reaktionsfähigkeit stärken. So ist Lehrling Thomas Pusch zu Wing Tsun gekommen. Mittlerweile ist er ausgebildet, arbeitet bei Bahnsystemen und hat seine eigene Wing-Tsun-Schule in Tulln. Hippmann und er sind gute Freunde und Trainingspartner geworden. Geschichten, die das Leben schreibt, im Fall von Thomas Hippmann eine großartige Erfolgsgeschichte! *Cathrine Liebl*



**Vom Lehrling zum Trainingspartner.** Thomas Hippmann, Lehrlingswesen, mit dem ehemaligen Lehrling Thomas Pusch, Bahnsysteme



**Mit Herz und Seele.** Thomas Hippmann mit den Lehrlingen Karolin Klann und Matthias Arzberger in der Lehrwerkstätte Penzing

Foto: Lukas Grüner

Foto: Günter Kuntner