

Friederike wurde mit neuer Bestzeit über 400 m Landesmeisterin bei den BBM der U20

Bronze für Marius und Lea-Josefin im 60-m-Hürdensprint

Berlin. Ein Quartett vertrat unseren Verein bei den Berlin-Brandenburgischen Landestitelkämpfen der U16 und U20 in Berlin. Mit einmal Gold und zwei bronzenen Plätzen erzielten sie ein respektables Ergebnis.

Bei den zweitägigen Meisterschaften in der Berliner Rudolf-Harbig-Halle am Olympiastadion überraschten aus Sicht des SC vor allem die beiden weiblichen Starterinnen.

Friederike Lehmann gelang dabei über 400 Meter der Coup, bis zu drei Jahre ältere Konkurrentinnen aus Berlin und Brandenburg deutlich hinter sich zu lassen. Die Fünfzehnjährige war in der nächst höheren Altersklasse U20 gestartet. „Friederike hatte den Mut, von Anfang an vorn anzulaufen. Und sie wurde für ihren Trainingsfleiß belohnt“, lobte der perplexer Trainer Hartmut Schulze, der ihr angesichts des Alters einen guten vierten oder fünften Platz zugetraut hätte. Auch die frisch gebackene Berlin-Brandenburger Meisterin staunte: „Dass es so gut klappt, hätte ich nicht erwartet.“ Dabei krönte die zielstrebige Leichtathletin, die 2013 an den deutschen Jugendmeisterschaften über 400 Meter Hürden als Frühstarter teilgenommen hatte, ihren insgesamt zweiten Landesmeistertitel in persönlicher Bestzeit. „Sich innerhalb eines Jahres um zwei Sekunden auf 61,19 Sekunden zu steigern, ist schon erheblich“, so Hartmut Schulze. Zudem wurde Friederike über 60 m Hürden in dieser Altersklasse Fünfte mit einer Zeit von 10,33 s.



Für Trainer Schulze sind diese Ergebnisse zugleich eine Bestätigung, dass sich trotz nicht optimaler Trainingsmöglichkeiten mit Alternativmethoden Landesmeister formen lassen, so wie es der erfahrene Coach in den vergangenen Jahren wiederholt bewiesen hat. Weil sich die herkömmlichen Sporthallen für lange Tempoläufe im Jugendbereich nicht eignen, greift Hartmut Schulze auf sein Geheimrezept zurück: Nachstellschritte durch die 40 Meter lange Halle – immer und immer wieder. Die zahlen sich gleichermaßen für die Hürdensprints aus. Denn statt wie im Wettkampf über fünf kann in der Halle eben nur über zwei bis drei Hürden trainiert werden.

Das modifizierte Training schlägt auch bei Lea-Josefin Derling (W14) an. Sie erreichte unter 18 Brandenburger Konkurrentinnen mit guter Technik das 60-m-Hürden-Finale und lief dort auf den bronzenen Platz. In diesem Altersbereich erfolgt noch eine getrennte Wertung zu Berlin. „Lea verbesserte sich von 10,07 Sekunden beim Hürdencup im Dezember auf jetzt 9,51 Sekunden. Das ist eine tolle Leistung“, staunt Hartmut Schulze sichtlich über einen seiner jüngsten Schützlinge.

Ein erfahrener Hase im Bunde ist da schon Marius Sperling. Der Siebzehnjährige platzierte sich mit wieder sehr guten 8,36 s über 60 Meter Hürden als Dritter – und hatte wie vor einer Woche beim sehr gut besetzten Gerhard-Schlegel-Gedenksportfest dieselben Konkurrenten vor sich. Über 200 Meter (7./23,15 s) und 400 Meter (5./51,74 s) lief Marius persönliche Bestzeiten.

Für Leon Senger (U20), der seit Januar dieses Jahres für den SC Potsdam startet, erfüllte sich zwar nicht der Wunsch nach einem Sieg über 800 Meter, obwohl er lange Zeit Führungsarbeit geleistet hatte. Aber als Zweiter mit seiner Zeit von 1:57,84 Minuten unterbot er die Norm für die deutschen Jugendhallenmeisterschaften um fast 1,5 Sekunden.