

Guibert und Ian stehen bei Norddeutschen Meisterschaften auf dem Podest

**In Hamburg gehen in der M15 ein Meistertitel über 100 m und
ein Vize-Meistertitel im Speerwurf an den SC Frankfurt**



Guibert Djouaka Ziwo hat sich entschieden, sich auf den Sprint zu konzentrieren. Neben den Hinweisen der Trainer an der Sportschule Potsdam holt er sich auch immer noch Ratschläge vom Heimtrainer Hartmut Schulze aus dem Verein. Dass er alles gut umsetzen kann, hat der noch 14-Jährige bei den Norddeutschen Meisterschaften der U20 und M/W15 in Hamburg bewiesen. Schon im Vorlauf über 100 Meter lief Guibert mit 11,21 Sekunden die schnellste Zeit der 39 Sprinter seiner AK. Im Zwischenlauf (11,16 s) steigerte er sich genauso wie im Finale, wo er mit der überragenden Zeit von 11,06 s den Titel als Norddeutscher Meister der M15 sicher hatte.

„Er wuchs mit seiner Konkurrenz“, ordnet Hartmut Schulze diese Steigerung ein. „Einen Sportler mit solch einer Zeit in dem Alter hatte ich bisher nicht“, staunt der SC-Stützpunkttrainer.

„Guibert hat meine Ratschläge beherzigt und vor allem die Dehnung des Ischio (ischioocruarale Muskulatur - keb) und das Trainieren der Gegenspieler Muskeln im Griff. Auch das Training der Nervenbahnen für die Koordination hat er beherzigt und verinnerlicht“, lobt Hartmut Schulze, der sich über die enge Kontaktpflege zu seinem einstigen Schützling freut. Einziger Wermutstropfen: Da Guibert noch nicht die deutsche Staatsbürgerschaft besitzt, darf er trotz erneut deutlicher Unterbietung der Norm (11,80 s) an den Deutschen Jugendmeisterschaften nicht teilnehmen, wo Hartmut Schulze ihm eine Medaille zugetraut hätte. Und auch in der aktuellen deutschen Bestenliste, die Guibert anführen würde, wird er deshalb nicht geführt. Der 14-Jährige will sich nun noch einmal bei den Norddeutschen Meisterschaften der U18 an diesem Wochenende in Lübeck beweisen.

Mit einer starken Leistung und dem Titel als Norddeutscher Vizemeister im Speerwurf der M15 kehrte **Ian Constantine Kehder** aus Hamburg zurück. Er steigerte sich im sechsten Versuch auf die neue persönliche Bestweite von 50,85 Meter (plus drei Meter) und hatte nach dem drittbesten Vorkampfwert noch einen Sportler mehr hinter sich gelassen. Das i-Tüpfelchen ist die Erfüllung der Norm (50,00 m) für die Deutschen Jugendmeisterschaften der U16 in Stuttgart (29.-30. Juli). Und auch auf aktuell Rang 10 in der deutschen Bestenliste seiner AK kann Ian stolz sein.



Mutti Juliane beschreibt die Emotionen der Familie so: „Ian hat es geschafft ... Endlich! Es war ein harter Kampf gegen die Zeit, denn seine Verletzung hat ihn drastisch zurückgeworfen.“ In Hamburg habe es herrlichen Sonnenschein und perfekte Bedingungen für den Speerwurf gegeben. „Im dritten Versuch war Ian mit 49,67 m so knapp vor der magischen 50-m-Grenze

und fast schien schon Verzweiflung aufzukommen. Dann kam der Wolkenbruch und man wollte fast nicht mehr an die Norm glauben. Im strömenden Regen flog der Speer und ein Schrei der Erleichterung ging durch das Stadion, als Ian die 50,85 m bestätigt bekam. Ohne Erwartungen und lediglich mit dem Ziel, die 50 m zu knacken, wurde er sogar Norddeutscher Vizemeister ... Ian sagte später zu seinem Trainer, dass er vor dem letzten Wurf versucht hat, komplett ruhig zu bleiben und in eine extreme Konzentrationsphase eintauchte!“

Für die Teilnahme bei den DJM in Rostock muss Ian in einer weiteren Disziplin eine Zusatznorm – die B-Norm aus einem anderen Disziplinblock – nachweisen. Im Diskus und im Kugelstoßen (Block Wurf) hatte er die B-Norm bereits, aber da Speerwurf ebenfalls in diesen Block gehört, musste er alles in den Weitsprung (Block Sprung) packen. Mit einer pB von 5,99 m aus der Hallensaison sorgte er sich nicht allzu sehr. Er benötigte 5,30 m und sprang 5,85 m – so weit, wie im Freien noch nie. Zwar verpasste Ian als Neunter im Vorkampf das Finale um knappe fünf Zentimeter. „Aber das Komplettpaket war geschnürt“, umschreibt es Juliane Kehder.

Ian, der sich in erster Linie als Mehrkämpfer sieht, war auch in weiteren Disziplinen am Start. Im Hochsprung blieb er mit 1,60 m (Platz 5) erneut unter seinen Erwartungen. In dieser Disziplin stagniert er mit der Entwicklung und konnte seine Bestleistung von 1,76 m aus dem Vorjahr noch nicht wieder erreichen. Hier spielt der Kopf nach der Verletzung wohl noch nicht so richtig mit. Auch mit der 800-m-Leistung war er mit 2:17,82 min (18.) min nicht glücklich. „Es war eine enorme körperliche Belastung mit der psychischen Anspannung der letzten Wochen und so schleppte er sich ins Ziel. Dennoch reichte es auch hier noch für die B-Norm im Block Lauf“, so Juliane Kehder. Dafür gelang Ian nach dem Speer eine weitere neue Bestleistung mit 35,39 m im Diskuswurf (Platz 11).

„Das, was die Jungs geleistet haben, ist auch für den Verein gut. Ihre Entwicklung zeigt, dass der Verein mit ihrer Delegation zur Sportschule alles richtig gemacht hat“, schätzt Hartmut Schulze ein und betont: Der Verein habe mit Guibert, Ian und Aidan Ballaschke (U18/400 m Hürden) insgesamt bereits drei Sportler, die Normen für die Deutschen Jugendmeisterschaften erfüllt hätten. Tim Thielemann (U18/400 m Hürden) will es weiterhin versuchen – möglich ist es auf alle Fälle.



Text: Kerstin Bechly (18. Juni 2023)