

# Start mit Verletzung und ein versöhnliches Ende

## Ian Constantine Kehder wird bei seiner ersten Neunkampf-DJM Zwölfter

Eingebettet in die Mehrkampfmeisterschaften mehrerer Altersklassen am ersten September-Wochenende war auch der Neunkampf der M15, für den sich vom SC Frankfurt (Oder) Ian Constantine Kehder qualifiziert hatte. Er beendete den zweitägigen Wettkampf als Zwölfter unter 21 gewerteten Konkurrenten. Mit 5089 Punkten konnte er sich zwar nicht verbessern, hat aber die DJM-Norm von 4800 Punkten erneut deutlich übertroffen.



Seine Mutter Juliane hat die Erlebnisse, Enttäuschungen und das versöhnliche Ende so schön zusammengefasst, dass ihr hier ihren Bericht über Ian lest:

Am ersten September-Wochenende erfüllte sich nach langer Zeit endlich sein großer Traum und Ian durfte in Hannover bei den Deutschen Jugendmeisterschaften im Neunkampf starten. Eine harte Zeit und ein großer Rückschlag wegen des Bänderisses im Sprunggelenk vor Monaten lagen hinter ihm und umso glücklicher war Ian, dass er nun dabei sein durfte. Eine Top-5 Platzierung hatte er sich fest vorgenommen.

Allerdings verlief gleich die erste Disziplin mit dem 100-m-Lauf nicht ganz nach seinen Vorstellungen. Er sagte, dass er total fest war. Daran merkte man die große Anspannung. Der Fehlstart eines anderen Athleten in seinem Lauf setzte ihn wohl noch mehr unter Druck. Auch der starke Gegenwind spielte ihm nicht gerade in die Karten. Somit war Ian mit der Zeit von 12:53 Sekunden sehr unzufrieden, aber er musste ja erstmal refinden (*Bestleistungsvergleiche am Ende - keb*).

Im Weitsprung blieb er zwar mit einer Weite von 5,73 m auch entfernt von seiner pB, aber die Verletzung, die er sich während dieser Disziplin zugezogen hatte, bereitete nun ein wenig mehr Kopfzerbrechen als die Leistung an sich. Er hatte sich an der Hüfte gezerzt und der Schmerz zog sich über den unteren Rücken. So ließ er sich in der Pause von Physiotherapeuten behandeln und hoffte, dass Problem irgendwie in den Griff zu bekommen.



Beim Kugelstoßen wollte Ian wieder voll angreifen und endlich die 13 m Marke knacken, aber auch hier gelangen ihm nur 12,52 m. Dennoch war er mit dieser soliden Leistung erst einmal zufrieden.

In der letzten Disziplin des ersten Tages wollte er beim Hochsprung mit seiner pB von 1,76 Meter im Hinterkopf ein paar fehlende Punkte gutmachen, aber sein Rücken machte ihm wohl einen Strich durch die Rechnung. Drei Fehlversuche über 1,65 m sorgten leider für ein zeitiges Ausscheiden aus dem Wettbewerb. Das war ein herber Rückschlag und eine megagroße Enttäuschung. Schließlich wollte er endlich die 1,80 m knacken und davon war er ja nun meilenweit entfernt. (*Im Sprint und Hochsprung verlor Ian im Vergleich zu seinen pB auch die meisten Punkte – keb*)

Somit lag Ian nach dem ersten Tag auf Platz 15 und die Welt schien mal kurz stehen zu bleiben ...



Nach einer guten Nacht und einer nochmaligen Behandlung mit Tapes am Rücken startete Ian motiviert und ehrgeizig in den zweiten Tag. Stabhochsprung mit 3,10 m und Diskus mit 40,15 m (*mit der zweithöchsten Punktzahl in seinem Wettkampf – keb*) waren okay. Auch hier hatte er von sich selbst mehr erwartet und erhofft, aber es hätte auch schlimmer kommen können.

Den Hürdenlauf über 80 Meter, der wohl nie zu seinen Lieblingsdisziplinen übergehen wird, brachte er dann glücklich mit 12:19 s ins Ziel.

Es lief weder das Eine noch das Andere. Irgendwie schien der Wurm drin zu sein und jegliche Motivation, die er vor einer Disziplin an den Tag gelegt hatte, schien als Ergebnis im Nirwana zu verschwinden. Nach der siebten Disziplin erhielt Ian Überraschungsbesuch von seinem kleinen Bruder Alan und der Familie Lenz, wo Alan das Wochenende verbringen sollte. Darüber hat er sich riesig gefreut, und es schien ihn zu beflügeln, denn im Speerwurf war es dann endlich so weit. Der Speer flog auf die langersehnte neue Bestleistung von 51,85 m, brachte ihn das allererste Mal zum Strahlen und sorgte für einen Jubelschrei (*und die höchste Punktzahl in seinem Wettkampf – keb*). Warum denn nicht eher? Denn genau solche Ergebnisse wollte er doch liefern.

In der letzten Disziplin konnte er noch ein wenig für die Gesamtplatzierung tun und lieferte über die 1000 m auch noch mal eine neue pB mit 3:06,99 min ab und war auch damit super happy.

Somit „rettete“ sich Ian auf Platz 12 des Neunkampfs, der nach einem Autogramm und einem Kompliment über die pB im Speerwurf von Weltklasse-Mehrkämpfer Niklas Kaul auch ein versöhnliches und schönes Ende fand.



Ian sagt zu diesen Meisterschaften: „Bei diesem Neunkampf hat nicht viel funktioniert, wie ich es mir vorgestellt hatte, weil ich mich beim Weitsprung am unteren Rücken verletzt habe. Aber trotzdem gab es zwei persönliche Bestleistungen. Und ich hatte sehr viel Spaß mit meiner Mehrkampftruppe.“



Er hat viele Eindrücke gesammelt, neue Freundschaften geschlossen und unbezahlbare Erfahrungen gemacht. Auf einem Foto klatscht er sich mit seinem Kontrahenten Max Sven Ferber aus Halle ab. Das spiegelt die super Atmosphäre der Jungs wider. Max war zu diesem Zeitpunkt schon raus aus dem Wettkampfgeschehen, weil er zuvor im Weitsprung ohne gültigen Versuch geblieben war. Auch daran konnte Ian sehr gut erkennen, dass das alles keine Selbstverständlichkeit ist, und er ist dankbar für diese Chance und diese Möglichkeit, die ihm auch sein Heimatverein ermöglicht hat.

Leistungen	DJM Hannover	Sportfest Berlin	Bestleistung
100 m	12,53 s /538	<b>12,19 s pB</b> /571 Punkte	12,19 s
Weitsprung	5,73 m /567	5,90 m /583	6,05 m
Kugelstoßen 4 kg	12,52 m /571	12,52 m /571	12,73 m
Hochsprung	1,62 m /539	1,76 m /607	1,77 m
80 m Hürden	12,19 s /546	<b>12,07 s pB</b> /553	12,07 s
Diskuswurf 1,0 kg	40,15 m /617	36,37 m /578	41,22 m
Stabhochsprung	3,10 m /529	<b>3,30 m pB</b> /556	3,30 m
Speerwurf 600 g	<b>51,85 m</b> /651	43,53 m /593	50,85 m
1000 m	<b>3:06,99 min</b> /531	3:11,35 min pB /511	3:11,35 min
	<b>5089 Punkte</b>		<b>5123 Punkte</b>

Für die Statistik: In Hannover erreichte Ian in vier Einzeldisziplinen Platzierungen unter den Top 10: Speer (Rang 3), Kugel (8) sowie Diskus und 1000 m (jeweils Rang 9). Besonders viele Punkte verlor er dagegen im Hürdensprint und Stabhochsprung.

Der Sieg ging mit 5582 Punkten an Julius Kleine (SV Halle). Bester Brandenburger in dieser AK war Lennox Giesen (TSV Senftenberg) als Vierter mit 5270 Punkten.



Ergänzt und fertiggestellt von Kerstin Bechly/keb /  
Fotos: Familie Kehder (2./3.9.2023)