

THEMA DES TAGES
LEICHTATHLETIK VOR
FREILUFT-AUFTAKT



Die Seligenstädter Talente mit Trainer Michael Vogel in der Mitte. Von links: Lukas Seibel, Sarah Vogel, Antonia Dellert und Constantin Derzbach. ■ Foto: Wronski

„Richtige Einstellung entwickelt“

SELIGENSTADT ■ Paul Gast (69), seit 32 Jahren Vorsitzender der LG Seligenstadt, ist stolz angesichts der Erfolge seiner vier Nachwuchsatleten.

Herr Gast, die LG hat als einziger Klub in der U16 gleich vier hessische Meistertitel in der Halle geholt. Jetzt startet die Freiluftsaison. Sie freuen sich vermutlich schon...

Ich bin zunächst einmal stolz und froh, wie unsere Top vier ihren Sport ausüben. Diszipliniert, erfolgreich und gleichzeitig sehr, sehr kameradschaftlich. Sie haben insgesamt die richtige Einstellung zu ihrem Sport entwickelt - das imponiert mir. Aber klar, jetzt freue ich mich auf die nächsten Wettkämpfe.

Was verstehen Sie unter richtiger Einstellung?

Die Vier haben begriffen, dass Sport zwar wichtig, die Schule aber noch wichtiger ist. Mit Leichtathletik kann man kein großes Geld verdienen. Wir achten sehr darauf, dass die Noten okay sind. Ansonsten müssten wir in Absprache mit den Übungsleitern das Training reduzieren. Das will keiner. Aber bei diesen vier Athleten passt alles. Sie haben schon jetzt Vorbildcharakter für die noch jüngeren Jahrgänge.

Wie lautet Ihre langfristige Prognose?

Ich glaube, dass sie sich in Deutschland in den älteren Jugend-Jahrgängen und später bei den Aktiven durchsetzen können. Vorausgesetzt, sie bleiben von großen Verletzungen verschont. ■ app



Paul Gast, Vorsitzender der LG Seligenstadt. ■ Foto: paw

Internationale Hoffnungsträger

Vier junge Leichtathleten der LG Seligenstadt dominieren in Hessen und wollen weiter nach vorn / „Entspannter als beim Fußball“

Von Holger Appel

SELIGENSTADT ■ Die Hallensaison verlief äußerst erfolgreich für den Leichtathletik-Nachwuchs der LG Seligenstadt. Für die nun beginnende Freiluftsaison haben sich Antonia Dellert, Sarah Vogel, Constantin Derzbach und Lukas Seibel, allesamt im Alter von erst 14 Jahren bereits U16-Hessenmeister in ihren Disziplinen, viel vorgenommen.

Auch LG-Trainer Michael Vogel, der Vater von Sarah, hat für die nächsten Monate hohe Erwartungen an sein Team. „Sie haben alle Talent, eine gesunde Portion Ehrgeiz, sind sehr zielstrebig und können sich kontinuierlich steigern. Sie sollten sich für die deutschen Jugend-Einzelmeisterschaften der W15 oder M15 im August in Bremen qualifizieren und mit der einen oder anderen Medaille heimkommen. Das gilt auch mit Ausnahme von Antonia - für die deutschen Meisterschaften im Blockmehrkampf im Juli in Lage. Das ist

realistisch“, versichert der Trainer. Er nennt also hohe Ziele für die vier 14-Jährigen, die sich auf das knapp zweiwöchige Trainingslager ihrer LG ab Samstag in der Nähe von Graz in Österreich freuen. „Wir werden intensiv trainieren, aber auch viel Spaß zusammen haben“, prognostiziert Lukas Seibel. „Wir werden wie im vergangenen Jahr optimale Bedingungen vorfinden, können uns prima auf die nächsten Aufgaben vorbereiten. Und das Hotel ist toll - kein Vergleich zu einer Klassenfahrt“, ergänzt Sarah Vogel und lacht los.

Sie ist die vielseitigste Athletin aus dem ambitionierten Nachwuchs der LG Seligenstadt. Die aus Groß-Umstadt stammende Vogel steht in der deutschen Bestenliste der W14 auf den Plätzen eins (Hürden), zwei (Stabhochsprung und Blockwettkampf) sowie sieben (Diskuswerfen). „Sie hat eine sehr gute Athletik und eine prima Koordination“, lobt ihr Vater. Antonia Dellert zählt in ih-

rer Jahrgangsstufe schon zu den besten drei Sprinterinnen in Deutschland und steht in Süddeutschland ganz vorn. „Ihr Antritt ist explosionsartig, absolut top“, sagt Michael Vogel. Antonia Dellert kommt vom Ballett. Sie hat Tennis gespielt, dann aber vor einigen Jahren bei einer von der LG Seligenstadt organisierten Schul-Olympiade Gefallen an der Leichtathletik gefunden. „Mir gefällt die

Vielfältigkeit. Selbst bei kleineren Wettkämpfen kann man vergleichen, sieht die Steigerungen und kann sagen, dass sich der ganze Aufwand gelohnt hat.“ Sarah Vogel ergänzt: „Jede Leistung ist messbar und vergleichbar, das macht für mich den großen Reiz aus.“

Nach der guten Hallensaison glaubt Trainer Vogel, dass Lukas Seibel jetzt reif ist, „die Sechs-Meter-Marke im Weit-

sprung zu knacken“. Er erwartet den schon sehr athletischen Seibel künftig in Deutschland unter den besten Acht in seiner Altersklasse.

Constantin Derzbach besitzt große koordinative Fähigkeiten, kann jede Vorgabe sofort umsetzen. Er hat in der Hallensaison gut eingeschlagen, nach dem er vergangenes Jahr aufgrund einer beim Fußball zugezogenen Verlet-

zung die Freiluftwettkämpfe komplett verpasst hatte. Mittlerweile hat er die Fußballstiefel und das Trikot der Spvgg. Seligenstadt an den Nagel gehängt, konzentriert sich voll auf die Leichtathletik. Auch Seibel hat Fußball gespielt, sich aber dann für die Leichtathletik entschieden. „Die Atmosphäre bei einem Wettkampf in der Leichtathletik ist viel spannender als beim Fußball. Das macht mir mehr Spaß“, sagte er und erntet Kopfnicken in der Runde.

„So einen Jahrgang hat man selten zusammen. Wenn sie den Sport und das sonstige Leben weiter so gut unter einen Hut bekommen, können sie international mitmischen. Europa- oder Weltmeisterschaften in der U18 oder U20 sind sicher drin“, sagt Trainer Vogel. Vorsitzender Paul Gast muss also noch intensiver auf Sponsorensuche gehen. Denn: „Erfolge kosten Geld. Und mehr Erfolg kostet noch mehr Geld“, wie er immer wieder betont.

Persönliche Bestzeiten

ANTONIA DELLERT 60 m: 7,73 Sekunden (4. 2. 2017 in Frankfurt-Kalbach) 60 m Hürden: 9,03 Sekunden (14. 1. 2017 in Hanau) 100 m: 12,14 Sekunden (17.9.2016 in Bruchköbel) Weitsprung: 4,96 m (27.11.2016 in Frankfurt)	60 m Hürden: 8,87 Sekunden (14.1.2017 in Hanau) Stabhochsprung: 3,61 m (14.1.2017 in Hanau) Weitsprung: 5,55 m (14.1.2017 in Hanau) Kugelstoßen: 10,83 m (18.2.2017 in Hanau)	(14.1.2017 in Hanau) 100 m Hürden: 11,57 Sekunden (17.9.2016, in Bruchköbel) Weitsprung: 5,62 m (7.1.2017 in Stadtallendorf)
SARAH VOGEL 60 m: 8,03 Sekunden (18.2.2017 in Hanau)	CONSTANTIN DERZBACH 60 m: 7,34 Sekunden (4.2. 2017 in Frankfurt) 60 m Hürden: 8,67 Sekunden	LUKAS SEIBEL 60 m: 7,46 Sekunden (14.1.2017 in Hanau) 60 m Hürden: 9,04 Sekunden (3.12.2016, in Hanau) Weitsprung: 5,96 m (14.1.2017 in Hanau)

Großer Aufwand lohnt sich angesichts der Erfolge

Seligenstädter Talente zwischen Schule und Leistungssport: „Freizeit ist recht knapp bemessen“ / „Treffen mit Freunden kommt oft zu kurz“

SELIGENSTADT ■ Sie trainieren dreimal die Woche am frühen Abend bei der LG Seligenstadt. Mindestens. Dazu noch die eine oder andere individuelle Einheit sowie Wettkämpfe am Wochenende. Und in der Schule sind sie

natürlich auch gefordert. Die Seligenstädter Talente Antonia Dellert, Sarah Vogel, Constantin Derzbach und Lukas Seibel bekommen diesen Spagat recht gut hin, wie sie versichern. „Ich bin relativ gut in der

Schule und muss zum Glück nicht ganz so viel machen“, berichtet Sarah Vogel, die in ihrer Heimatgemeinde Groß-Umstadt zur Schule geht (9. Klasse). „Ich lerne hin und wieder im Auto oder im Zug auf dem Weg zu den Trai-

ningseinheiten“, ergänzt sie. Antonia Dellert und Constantin Derzbach wohnen zwar in Seligenstadt, besuchen aber das auf Sport spezialisierte Carl-von-Weinberg-Gymnasium in Frankfurt. „Die Freizeit ist schon recht knapp bemessen“, berichtet Derzbach. Sie seien alleine drei bis vier Stunden pro Tag unterwegs, um zur Schule oder zum Training zu kommen. „Aber in der Sportklasse hat man weniger Hausaufgaben zu erledigen, die Lehrer nehmen

große Rücksicht auf die sportlichen Ambitionen“, berichtet Dellert. Lukas Seibel wohnt in Seligenstadt und geht dort auch in die Einhardtschule (9. Klasse). „Ich habe oft bis 15.30 Uhr Unterricht, dann steht

schon Training bei der LG an. Das Treffen mit Freunden kommt leider oft zu kurz - das muss man schon zugeben“, sagte er und ergänzt sofort: „Aber der ganze Aufwand lohnt sich angesichts unserer Erfolge.“ ■ app

Traum von der Universiade in Taiwan

Eileen Demes und der zurzeit noch verletzte Constantin Schmidt mit großen Zielen für die neue Saison



Zurzeit noch verletzt: Constantin Schmidt. ■ Foto: Postl

OFFENBACH ■ Die Seligenstädter Antonia Dellert, Sarah Vogel, Constantin Derzbach und Lukas Seibel träumen von den Teilnahmen an Jugend-Welt- und Europameisterschaften. Eileen Demes (TV Neu-Isenburg) und Constantin Schmidt (TG Obertshausen) sind zwei Athleten aus dem Kreis, die sich schon auf großen internationalen Bühnen präsentiert haben.

Demes (19) hat 2016 mit Platz vier über 400 m Hürden bei den U20-Weltmeisterschaften in Bydgoszcz/Polen

und Rang eins in der europäischen U20-Rangliste voll überzeugt. Nach einer stressigen Klausurenphase im Studiengang General Management im Dezember an der European Business School in Oestrich-Winkel verpasste sie im Februar einige Trainingseinheiten wegen einer Grippe. „Aber jetzt ist sie schon wieder gut dabei - wir sind zuversichtlich“, berichtet Trainer Robert Schieferer. Vom 7. bis 18. Mai stehen für Demes und ihn ein Trainingslager an der portugiesischen Algarve-

Küste an. Am 25. Mai startet Demes bei den deutschen Hochschulschülermeisterschaften in Kassel, anschließend am 10. und 11. Juni bei der Gala in Regensburg. Am 17. und 18. Juni stehen für sie die Deutschen U23-Meisterschaften in Leverkusen auf dem Programm. Dort zählt Demes zu den Favoritinnen und will das Ticket für die U23-Europameisterschaften in Bydgoszcz (13. bis 16. Juli) lösen. Constantin Schmidt, Jahrgang 1996, war mit der Auswahl des Deutschen Leicht-

athletikverbandes zuletzt im Trainingslager auf Teneriffa, hat sich aber eine Zerrung zugezogen. Er verpasst damit auch die Staffelweltmeisterschaften über 4x400 m am 22. und 23. April auf den Bahamas. „Sprints sind zurzeit unmöglich bei ihm, wir müssen abwarten, wie sich das entwickelt. Aber ich denke nicht, dass uns diese Verletzung auf lange Sicht große Probleme bereitet“, sagt Schieferer, der Schmidt in seinem Sprintteam betreut. Schmidt, 2016 mit der deut-

lichen 4x400-m-Auswahl im EM-Finale in Amsterdam, soll ebenfalls in Kassel, Regensburg, Leverkusen und bei glücklicher Qualifikation in Bydgoszcz starten. Außerdem hofft er auf einen Einsatz in der Staffel bei der Team-Europameisterschaft in Lille/Frankreich (24. und 25. Juni). Als Höhepunkt der Saison nennt Schieferer die Studenten-Weltmeisterschaft in Taipeh/Taiwan (19. bis 30. August). „Die Universiade wäre natürlich perfekt für die beiden“, sagt er. ■ app



Wieder fit und einsatzbereit: Eileen Demes. ■ Foto: vum