

Samstag, 26. Juni 2021, Rhein-Zeitung Andernach & Mayen, Seite 17

Zur EM geht's nur über Koblenz

Von unserem Mitarbeiter Wolfgang Birkenstock



Sie ist am Wochenende bei der deutschen U 23-Meisterschaft im Koblenzer Stadion Oberwerth die Favoritin über 200 Meter: Sprinterin Sophia Junk (vorn rechts) von der LG Rhein-Wied. Foto: Wolfgang Birkenstock

Leichtathletik: Sophia Junk konzentriert sich bei der U23-DM auf dem Oberwerth auf die 200 Meter – „Ich will noch einen Titel“

Koblenz. In der vorigen Woche hat sie sich noch mit dem Training zurückgehalten. Der Grund war die zweite Corona-Impfung. Dass Sophia Junk überlegt, bei der deutschen U23-Meisterschaft der Leichtathletik an diesem Wochenende in Koblenz auf einen Start über 100 Meter zu verzichten, hat damit aber nichts zu tun. „Ich bin absolut fit“, sagt die Sprinterin der LG Rhein-Wied. „Ich will mich sicher für die U 23-EM in Tallinn qualifizieren und meinen Titel über 200 Meter von 2019 verteidigen“, erklärt sie ihre Priorität auf die längere Sprintdistanz.

„Die Entscheidung werden wir kurzfristig fällen“, erläutert ihr Trainer Martin Schmitz. Ob Sophia Junk nun auf die 100 Meter verzichtet oder nicht – der Fokus liegt im Stadion Oberwerth auf alle Fälle auf ihrer Lieblingsdisziplin, der halben Stadionrunde. Das gilt auch für die U 23-Europameisterschaft in zwei Wochen. „Ein Doppelstart 100 und 200 Meter kommt in Tallinn für mich nicht infrage“, stellt sie klar.

Die Norm hat sie für beide Strecken unterboten, mit jeweils persönlichen Bestzeiten. Über 100 Meter steigerte sie sich auf 11,34 Sekunden, über 200 Meter auf 23,15 Sekunden. Die Konzentration auf die längere Distanz hat zudem einen ganz nüchternen Grund. „Ich bin in der europäischen Bestenliste über 200 Meter besser platziert und habe da mehr Chancen auf eine gute Platzierung“, sagt Junk. Für eine EM-Nominierung muss sie nicht unbedingt den DM-Titel holen. Neben Junk hat bisher nur eine weitere deutsche Sprinterin die 200-Meter-Norm geschafft. „Ich muss da irgendwie ins Ziel kommen, und auch relativ weit vorne, das wäre ganz gut“, sagt sie und lacht. Dass drei Konkurrentinnen in Koblenz schneller sind als sie, zugleich die EM-Norm laufen und ihr damit den Startplatz in Tallinn wegschnappen könnten, ist recht unwahrscheinlich.

Mit ihren neuen Bestzeiten führt Sophia Junk die deutsche U 23-Bestenliste über beide Strecken an. „Ziel ist es schon, den Titel aus dem Jahr 2019 zu verteidigen, auch, weil es mein letztes Jahr in der U 23 ist. Da möchte ich gerne mit einem DM-Titel aus der Saison rausgehen“, sagt sie. 2020 war die deutsche U 23-Meisterschaft Corona-bedingt ausgefallen. „Auf der anderen Seite ist die Konkurrenz zwar in der Breite nicht so groß wie in der U 20, aber in der Spitze“, so Junk. Talea Prepens vom TV Cloppenburg ist am vergangenen Wochenende bei der Gala in Regensburg die 200 Meter in 23,17 Sekunden gelaufen. Auf der gleichen Veranstaltung steigerte sich die Dortmunderin Lilly Kaden über 100 Meter auf 11,37 Sekunden. Prepens und Kaden sind die U 20-Meisterinnen des vergangenen Jahres, denn während die U 23-DM abgesagt worden war, fand die U 20-DM statt. „Der Ausgang ist also total offen“, sagt Junk.

Die Polizistin aus Koblenz war in Regensburg ebenfalls aktiv. Zunächst stand ein für die Topsprinterinnen verpflichtendes Staffelttraining an – die U 23-Staffel mit Junk auf Position drei kam bei der EM-Generalprobe wegen eines Wechselfehlers nicht ins Ziel. Dann trat sie noch über 100 Meter an. „Im Vorlauf war alles okay, da habe ich den Start zwar

auch ein bisschen verschlafen für meine Verhältnisse, aber ich bin hinten raus richtig gut ins Rennen gekommen“, erläutert sie. In 11,40 Sekunden war sie im Ziel. Im Finale blieb sie fast im Startblock sitzen. „Das war, glaube ich, der schlechteste Start in meinem Leben bisher. Die Reaktion so schlecht, ich habe den Start total verschlafen, da habe ich schon so viel Zeit liegen gelassen, dass ich das am Ende gar nicht mehr aufholen konnte auf der kurzen Strecke“, erzählt Junk, die in 11,49 Sekunden gestoppt wurde. „Da wäre mehr drin gewesen.“

Das soll bei der U 23-DM auf dem Oberwerth besser klappen. Im Training hat für sie in dieser Woche „nicht mehr ganz so viel“ angestanden, sagt die 22-Jährige. „Wir haben noch etwas an Dingen gefeilt, die uns aufgefallen sind.“ Dazu kamen mehrere Termine bei der Physiotherapie und dem Mentaltrainer.

Leichtathletik-DM in Koblenz: 350 U 23-Athleten kämpfen in 34 Disziplinen um die Titel

Bei der deutschen Leichtathletik-Meisterschaft der U 23 an diesem Wochenende im Koblenzer Stadion Oberwerth gehen Corona-bedingt nur gut 350 Leichtathleten an den Start. Insgesamt werden in 34 Disziplinen von den 100 Metern bis zum Hammerwurf die nationalen Titelträgerinnen und Titelträger gesucht. Die Wettkämpfe beginnen am Samstag um 12.15 Uhr, am Sonntag um 11 Uhr. Zuschauer sind nicht zugelassen. Auf www.leichtathletik.de bietet der Deutsche Leichtathletik-Verband an beiden Tagen einen Livestream an. Aus der Region sind neben den beiden Titelkandidatinnen Sophia Junk (LG

Rhein-Wied) und Majtie Kolberg (LG Kreis Ahrweiler) auch Lucia Sturm (TSV Moselfeuer Lehmen) über 800 Meter sowie Lennart Roos (LG Rhein-Wied) über 400 Meter Hürden am Start. Aus dem Bereich des Leichtathletik-Verbandes Rheinland haben sich darüber hinaus Giulio Ehses (Post-Sportverein Trier) und Benjamin Dern (LAZ Birkenfeld) über 5000 Meter, Joshua Wagner (LG Westerwald) über 400 Meter Hürden sowie Oliva Gürth (Diezer TSK Oranien) über 3000 Meter Hindernis qualifiziert. wob

© Die inhaltlichen Rechte bleiben dem Verlag vorbehalten. Nutzung der journalistischen Inhalte ist ausschließlich zu eigenen, nichtkommerziellen Zwecken erlaubt.