

Lölling richtet den Fokus schon jetzt auf die WM

Skeleton-Weltcup: Nach Rennen am Königssee steht Training für Titelkämpfe in Altenberg an

Von unserem Redakteur Marco Rosbach

■ **Schönau am Königssee.** In ihrem letzten Weltcuprennen der Saison 2020/21 will es Jacqueline Lölling noch mal wissen. „Ich werde alles dafür geben, um aufs Podest zu fahren“, kündigt die Skeletonpilotin aus Brachbach vor dem Wettkampf in Schönau am Königssee (Freitag, 10 Uhr) an. Das Finale steigt zwar erst eine Woche später in Innsbruck-Igls, doch da wird Lölling schon nicht mehr dabei sein. Die 25-Jährige will den Fokus frühzeitig auf die Weltmeisterschaften richten, die vom 11. bis 13. Februar in Altenberg ausgetragen werden.

Zuletzt in St. Moritz fehlte bereits die in dieser Saison überraschend starke Kimberley Bos aus den Niederlanden, auch Elena Nikitina aus Russland verzichtete auf einen Start im Schweizer Nobelort, um stattdessen in Altenberg im untergeordneten Intercontinental-Cup zu starten (und zu siegen). „Das war für mich bis jetzt eigentlich kein Thema“, sagt Lölling. Doch sie weiß, dass Altenberg eine der anspruchsvollsten Bahnen der Welt ist. „Es gibt viele unserer Konkurrentinnen, die da auch noch Probleme haben und den Europacup und ICC einfach als Training genutzt haben“, erklärt die Brachbacherin. „In manchen Nationen hat die WM einen deutlich höheren Stellenwert. Bei uns wird es jetzt aber auch so sein, dass wir zum Teil den Weltcup in Igls auslassen und in Altenberg noch mal eine Trainingswoche fahren.“ Ob-

wohl Lölling als Titelverteidigerin nach durchwachsenem Start inzwischen auf Platz drei der Gesamtwertung vorgerückt ist (hinter Janine Flock aus Österreich und ihre deutsche Teamkollegin Tina Hermann), habe sie sich bewusst dazu entschieden, nach dem Rennen am Königssee ebenfalls diesen Weg zu gehen. „Zum einen, weil es schwierig wird, den Gesamtweltcup noch zu holen, zum anderen, weil die WM einfach wichtiger ist“, begründet Lölling. „Da nehme ich die Trainingsfahrten mit und hoffe, dass wir ein paar positive Sachen rausziehen können.“

Doch bevor es soweit ist, steht das Rennen am Königssee an. Und nach Platz drei zuletzt in St. Moritz ist der Sprung aufs Siegerpodest einmal mehr das erklärte Ziel der Brachbacherin. Allerdings findet es die 25-Jährige in dieser Saison „schwierig, vor dem Rennen eine gute Einschätzung zu geben“, wie sie berichtet. Corona gibt den Rahmen vor – und dieser orientiert sich vor allem am Sicherheitsgedanken. Die Pilotinnen fahren und trainieren unter der Woche in festen Gruppen, den Überblick über das gesamte Feld bekommen sie dabei nicht. „Es ist schwierig, sich da einzuordnen“, findet Lölling. „Aber wenn ich zweimal das zeige, was ich am Königssee kann, dann ist nach vorne auf jeden Fall alles möglich.“

Eine der Besonderheiten der Bahn ist ihre Länge. Oder besser: ihre Kürze. „Wie auf allen anderen Bahnen kommt es darauf an, schnell zu starten, doch hier sind die Ab-



Zwei solide Fahrten brachte Jacqueline Lölling zuletzt in St. Moritz ins Ziel, was ihr am Ende zum zweiten mal in diesem Winter Bronze bescherte. Auch in ihrem letzten Weltcup der Saison will die Brachbacherin noch einmal in die Medaillenränge fahren.

Foto: BSD/Viesturs Lacis

stände nicht ganz so groß“, weiß Lölling. „Der Start ist einfach viel kürzer, auch die Bahn ist nicht so lang wie andere.“ Weniger Meter bedeuten aber nicht weniger Schwierigkeiten. Als Knackpunkte macht die 25-Jährige die Gerade und den Kreisel aus. „Hier kann man sehr viel Zeit verlieren, auch

weil die Bahn aktuell sehr anspruchsvoll steht. Da gerät der Schlitzen schnell mal ins Rutschen, was einfach sehr viel Zeit kostet.“

Ein Trumpf, den Lölling ausspielen will, ist das gute Gefühl, mit dem sie seit Jahren an den Königssee kommt. „Das spielt natürlich eine große Rolle“, bestätigt sie.

„Wenn ich hier bin, dann erinnere ich mich gerne an den WM-Titel zurück. Das gibt zusätzliche Motivation und auch Sicherheit.“ 2017 gewann die Brachbacherin in Schönau sowohl im Einzel als auch im Team Gold bei der Weltmeisterschaft. Das ist gewiss ein Grund dafür, weshalb die Bahn zu ihren

Liebingsbahnen auf der Welt gehört, wie die 25-Jährige betont. „Wenn man weiß, dass man hier gute Leistungen bringen kann, dann gibt das Sicherheit und macht Lust auf mehr.“ Vor allem dann, wenn es der letzte Weltcup-Einsatz in einer in vielerlei Hinsicht besonderen Saison ist.

Kazmirek startet ins Jahr seines Medaillentraums

Leichtathletik: Zehnkämpfer will bei Olympia in Tokio Edelmetall gewinnen – „Zum ersten Mal seit fünf Jahren bin ich völlig schmerzfrei“

■ **Neuwied.** Während die Sportwelt diskutiert, ob die Olympischen Spiele 2020 mit einem Jahr Verspätung vom 23. Juli bis zum 8. August tatsächlich ausgetragen werden sollen, ist sich einer ganz sicher, dass er im Sommer um die ersehnte Olympiamedaille kämpfen darf: „Die Spiele finden zu 99 Prozent statt“, verkündet Zehnkämpfer Kai Kazmirek voller Überzeugung. „Bei einer Absage würden Milliarden in den Sand gesetzt, das wird nicht passieren. Wie König Fußball wird auch Olympia durchgezogen. Wenn auch die Zuschauer wohl vor dem Fernseher statt im Stadion sitzen, bleibt es trotzdem das größte Sportereignis der Welt.“

Um sich bei seiner zweiten Olympiateilnahme – 2016 in Rio de Janeiro wurde Kazmirek Vierter – den Medaillentraum zu erfüllen, arbeitet der 29-jährige Vielseitigkeitsathlet mit seinem Trainer Jörg Roos hart, und das schon seit einem Jahr. Eigentlich war 2020 ganz auf Olympia im Sommer ausgerichtet, doch dann kam das Virus, und die Spiele wurden verschoben. „Ich habe trotzdem alle Wettkämpfe mitgenommen, die möglich waren“, bilanziert Kazmirek.

Ein Zehnkampf war zwar nicht dabei, aber seine Einzelergebnisse im Hürdensprint (14,14 Sekunden in Weinheim), im Weitsprung (7,48 Meter als Fünftplatzierte bei der DM), im Stabhochsprung (4,90 Meter beim heimischen Deichmeeting in Neuwied) und über die 400 Meter (47,53 Sekunden im DM-Halbfinale von Braunschweig) konnten sich sehen lassen. Schließlich musste Kazmirek wie viele andere Athleten bis in den Sommer hinein unter teils sehr kuriosen Bedingungen im Wald trainieren, weil die Stadien gesperrt waren. Die Geschichten vom Lauftraining zwischen den Bäumen und vom Kugelstoß auf dem Wanderparkplatz sind schon legendär.



Im Diskuswurf steht die Bestleistung von Kai Kazmirek bei 45,83 Metern. Die Stärken des Zehnkämpfers liegen im Sprung- und Sprintbereich. In Tokio will er sich seinen Traum von einer Olympia-Medaille erfüllen. Foto: J. Niebergall

Schritten Anlauf beim Stabhochsprung“, registrierte Kazmirek voller Bewunderung. „Mit dem Stab und über die 1500 Meter könnte Mayer locker noch 300 Punkte oder mehr draufpacken.“

Den Weltmeister von 2017 können auf dem Weg zum Olympiagold wohl nur drei Fehlversuche im Weitsprung wie bei der EM 2018 oder eine Verletzung wie bei der WM 2019 bremsen. Doch hinter Mayer scheint vieles offen nach einem Jahr, in dem die Weltelite gezwungenermaßen mit verdeckten Karten spielen musste. „Die bekannten Namen sind alle ein bisschen älter geworden, ein paar Junge rücken nach, aber keiner hat wirklich auf dem Schirm, was die können“, resümiert Kazmirek den Stand der Dinge. „Wir wissen nicht, wie weltweit die Dopingkontrollen gelaufen sind, und dann

kommen manche wie Phönix aus der Asche, und keiner weiß, wie sie diese Leistungen rauszaubern.“

Die Wintersaison könnte Aufschlüsse geben, wenn sie denn einigermaßen wie geplant stattfindet. Die nationalen Titelkämpfe der Mehrkämpfer, die Ende Januar in Halle stattfinden sollten, sind bereits abgesagt. Kazmireks Fokus liegt auf der Hallen-EM in Polen Anfang März. Dort will er nicht nur den 19 Jahre alten deutschen Siebenkampf-Rekord von Frank Busemann (6291 Punkte) knacken, sondern sich auch mit einem Podestplatz Rückenwind für sein olympisches Projekt holen: „Eine Medaille gibt immer einen Riesenschub fürs Selbstvertrauen“, weiß der erfahrene Mehrkämpfer.

Und so sieht Kazmireks vorolympisches Programm aus: Aufgalopp beim Heimspiel im Rhein-

Wied-Stadion – das Deichmeeting mit dem Vierkampf ist für den 15. Mai angesetzt –, zwei Wochen später beim Mehrkampf-Meeting in Götzis möglichst schon die Qualifikation für Olympia sichern, und im Juni in Ratingen noch mal unter Wettkampfbedingungen an den Feinheiten arbeiten.

Die Olympianorm für Tokio liegt bei 8350 Punkten. Kazmirek hat diese Marke wie Weltmeister Kaul bereits 2019 übertroffen und muss nur dann um sein Tokio-Ticket bangen, wenn im Frühsommer zwei weitere Rivalen ihn und die Norm übertreffen. „Das ist derzeit schwer vorstellbar, aber nicht unmöglich“, weiß der U23-Europameister von 2013, der in seiner Aktivenkarriere bislang auf internationaler Ebene an Edelmetall „nur“ WM-Bronze von 2017 vorweisen kann. Kazmirek sieht in Tokio am 4. und 5. August seine „letzte große Chance auf eine Medaille. 2024 bin ich 32 Jahre alt. Ob ich dann noch vorn mitmischen kann, ist höchst fraglich.“ Die teilweise deutlich höheren Vorleistungen der Konkurrenz schrecken ihn nicht: „Ich gehe davon aus, dass sich die Ergebnisse im normalen Rahmen bewegen werden. Der olympische Zehnkampf ist ja kein Wettbewerb, der für Athleten ausgelegt ist, wie in Götzis oder in Ratingen, wo die Mehrkämpfer unter sich sind.“ Sprich: Mentale Stärke ist gefragt.

Kai Kazmirek hat sein ganzes Bestreben auf seinen olympischen Medaillentraum fokussiert: „Wenn ich im Sommer in Tokio unter die besten Drei komme, dann ist alles, was danach kommt, nur noch ein Bonus. Dann könnte ich auf eine Karriere zurückblicken, die definitiv anständig war. Nicht überragend, dafür hätten es ein oder zwei Medaillen mehr sein müssen. Aber das kann ja noch kommen.“ Wenn alles nach Plan läuft, schon in diesem Sommer. Stefan Kieffer



Torsten Gerhardt hält der SG Neitersen die Treue. Foto: bylogi

Trainerteams machen weiter

Keine Veränderungen bei der SG Neitersen

■ **Neitersen/Altenkirchen.** Trotz der ungewissen Lage im Amateurfußball hat die SG Neitersen/Altenkirchen bei den Planungen für den Seniorenbereich im Hinblick auf die neue Saison Fakten geschaffen.

Demzufolge hat sich die Sportliche Leitung in gemeinsamen Gesprächen mit den jeweiligen Trainerteams auf eine Fortsetzung der Arbeit über die derzeit unterbrochene Spielzeit hinaus geeinigt. Sowohl das Trainerteam der Rheinlandliga-Mannschaft mit Torsten Gerhardt, Rückkehrer Florian Wirths (Co-Trainer) und Kai Schröder (Torwarttrainer) als auch das Trainerteam der in der B-Klasse beheimateten Reserve mit Nico Hees und Co-Trainer Robin Cousin haben einer weiteren Zusammenarbeit zugestimmt. Während das Rheinlandliga-Team zuletzt einen Aufwärtstrend verzeichnete und vorerst die Abstiegsränge verlassen hat (14. Platz), peilt die derzeit drittplatzierte Reserve in der Kreisliga B2 Ww/Sieg weiterhin die oberen Tabellenregionen an. red