

# **bottrop • sport**

15.12.2015

## **Tor 15: Perspektivkader als Motivationsschub**

### **bottrop.sport öffnet Tore: Die Spitzensportler unserer Stadt**

In seiner Sitzung am 24. November machte der Rat der Stadt Bottrop den Weg frei für ein Förderkonzept für den Spitzensport. Mit Hilfe von Sponsorengeldern sollen Talente aus Bottroper Vereinen gezielt unterstützt werden. Wer aber sind Bottrops Spitzensportler und welche aufstrebenden Talente gibt es in dieser Stadt? In unserem Adventskalender wollen wir bis Heiligabend täglich einen Bottroper Spitzensportler vorstellen. Hinter Tor 15 wartet die nächste Leichtathletin des LC Adler Bottrop. Lena Metzler entwickelt den Hochsprung zu ihrer Spezialdisziplin.

Auch ein Robert Harting wurde nicht als Diskuswerfer geboren. Eine Karriere in der Leichtathletik beginnt mit Laufen, Springen und Werfen in den unterschiedlichsten Variationen. Um diese Vielfalt zu fördern, hat beim Deutschen Leichtathletik Verband (DLV) in den vergangenen Jahren ein Umdenken stattgefunden. Weg vom Klassiker Ballwurf, 50 Meter Lauf und Weitsprung, hin zur Kinderleichtathletik. Abwechslung statt Spezialisierung lautet das Motto. „Vom hoch springen zum Hochsprung und vom schnell laufen zum Sprint“, so die Devise. So sollen dem Leichtathletik-Nachwuchs monotone Trainingseinheiten erspart und ein Drop-Out (Ausstieg aus dem Sport) verhindert werden. Eine Spezialisierung auf die spezifischen Wurf-, Sprung- oder die Laufdisziplinen macht nach Meinung der Experten erst im Jugendalter Sinn.

Genau an dieser Schwelle befindet sich auch Lena Metzler. Die 14-Jährige Athletin hat in ihrer leichtathletischen Findungsphase den Hochsprung für sich entdeckt. Mit einer Höhe von 1,64 Meter konnte sich die Sportlerin des LC Adler Bottrop in diesem Jahr für eine Stützpunkt-Förderung empfehlen. Sie belegt aktuell Rang 15 in der Bestenliste ihres Jahrganges und verdiente sich so die Nominierung für den NRW Perspektivkader.



Bei 1,64 Meter liegt die Bestleistung von Lena Metzler. Foto: LC Adler Bottrop

### **Kontrahentinnen wurden zu Freunden**

Angefangen hat alles vor rund fünf Jahren beim LAV Oberhausen. „Meine Eltern wollten, dass ich auf jeden Fall Sport mache. Ich habe es dann mit Schwimmen versucht, aber schnell festgestellt, dass das nichts für mich ist“, erklärt Metzler wie sie zur Leichtathletik kam. Im Sportverein ihrer

Heimatstadt Oberhausen wurde Lena Metzler allerdings nie richtig heimisch und so ging es schon wenig später nach Bottrop. „Hier sind wir richtig gut aufgenommen worden und mit meinen früheren Kontrahentinnen habe ich mich schnell angefreundet“, schwärmt Lena Metzler vom Umfeld bei den Adlern. Auch sportlich läuft es rund und dank der anhaltenden Erfolge nimmt man die drei wöchentlichen Trainingseinheiten inklusive An- und Abreise gerne in Kauf.

## Perspektivkader als vorläufiger Höhepunkt



Lena Metzler will zu weiteren Höhenflügen ansetzen. Foto: LC Adler Bottrop

Die Intensität der Trainingseinheiten wird nun mit der Aufnahme in den Perspektivkader noch weiter zunehmen. „Meinen Eltern ist sehr wichtig, dass die schulischen Leistungen nicht unter dem Sport leiden, deshalb bleibt neben dem Training nicht viel Zeit für andere Hobbys. Aber die Aufnahme in den Perspektivkader stellt für mich vorläufig, nach den Teilnahmen an den Nordrheinmeisterschaften mit zwei zweiten Plätzen, den Höhepunkt meiner sportlichen Laufbahn dar. Das hat mich nach der

langen Verletzung in diesem Jahr noch mal neu motiviert wieder hart zu trainieren, um an diese Erfolge anzuknüpfen“, weiß Metzler, die ihre persönliche Bestleistung innerhalb von nur einem Jahr um stolze 19 Zentimeter steigerte. „Gerade im Hochsprung können wenige Zentimeter Verbesserung schon deutliche Sprünge in der Bestenliste bedeuten“, erklärt Trainer Dirk Lewald. Ansporn genug für die junge Hochspringerin weiter auf Rekordjagd zu gehen: „Mein großes Ziel für das nächste Jahr ist das Erreichen der Qualifikation für die deutschen Meisterschaften in meiner Jahrgangsklasse. Aufgrund meines Trainingsrückstandes wird das sicherlich nicht einfach, aber die Motivation da.“

Weitere Höhenflüge der Gymnasiastin sind also nicht ausgeschlossen und im Erfolgsfall winkt dann auch der Wechsel vom Perspektiv- in den D/C-Kader des Landesverbandes. Es wäre der letzte Schritt hin zur endgültigen Spezialisierung auf den Hochsprung.

*Text: Henning Wiegert*

## Kommentare (0)