

## Als Spätberufene unterwegs auf großen Distanzen

**Leichtathletik.** Nina Endt ist seit zweieinhalb Jahren auf der Langstrecke zu Hause. Kürzlich startete sie bereits bei den Deutschen Meisterschaften. Nach dem Abi will sie in die USA – oder zur Bundeswehr

Von Maximilian Lazar

Streng genommen, ist Nina Endt eine Spätstarterin. Erst vor zweieinhalb Jahren entdeckte die 17-Jährige die Leichtathletik für sich. Ungewöhnlich, steigen die meisten doch bereits im Kindesalter in die Sportart ein. Und doch hat sich die Läuferin schon in kurzer Zeit beachtliche Erfolge erarbeitet. Vor wenigen Wochen startete sie zum ersten Mal bei den Deutschen Meisterschaften der Altersklasse U18. Ihre Vergangenheit in einer anderen Sportart waren dabei sicherlich nicht von Nachteil.



**„Es fällt mir leichter, ein mittleres Tempo über lange Zeit zu halten als ein hohes über kurze Zeit.“**

Nina Endt, LC Adler Bottrop

Wenn der Startschuss auf der Tartanbahn fällt, zögert Nina Endt vom LC Adler Bottrop keine Sekunde. Dann ist sie alles andere als eine Spätstarterin. „Am liebsten laufe ich vorne weg und halte mich aus dem Getümmel heraus“, sagt sie. So ha-



Die Tartanbahn liegt Nina Endt. Vor allem die Langstrecken sind ihre Spezialität.

FOTO: MICHAEL KORTE

be sie es bisher immer verhindern können, während des Rennens in Rangeleien verwickelt zu werden. Und ihre Rennen sind lang. Auf den 3000m ist sie zu Hause, noch wohler fühlt sie sich über 5000m und 10000m – ganz wie ihre Vorbilder Mo Farrah und Konstanze Klosterhalfen. „Es fällt mir leichter, ein mittelhohes Tempo über sehr lange Zeit zu halten als ein höheres Tempo über eine kurze Zeit“, erklärt der Teenager.

Das sie vielseitig ist, hat sie schon früher unter Beweis gestellt. Denn ihre Leidenschaft zum Sport hat Nina Endt beim Einradfahren entdeckt. „In der Grundschule habe ich zum ersten Mal auf einem Einrad gesessen. Es hat mir so gut gefallen, dass ich mich anschließend beim VfL Grafenwald angemeldet habe“, erzählt Endt. Angefangen hat sie in der Kürgruppe, später hat sie auch an Rennen teilgenommen. Zwischen 400 und 10000m hat sie

sämtliche Distanzen in Angriff genommen. Erfolgreich. Bei Welt- und Europameisterschaften ist sie gestartet.

In diesem Sommer qualifizierte sie sich im niederländischen Sittard-Geleen für die Endläufe der EM. Angetreten ist sie nicht – am gleichen Tag stand bei den Deutschen U18 Meisterschaften der Leichtathleten in Ulm der 3000m Lauf an: „Momentan steht die Leichtathletik für mich an erster Stelle.“ Ob sie im kommenden Jahr an der Einrad-WM in Korea teilnimmt? „Das hängt davon ab, ob die WM mit Leichtathletik-Wettkämpfen kollidiert.“

Dabei kam sie dazu eher zufällig. Beim Einradtraining standen Lauf-einheiten auf dem Programm, Nina Endt entwickelte eine Leidenschaft. Und meldete sich beim LC Adler an. „Mir hat das Einradtraining nicht mehr ausgereicht. Ich wollte mehr gefordert werden.“

Unterstützt wird sie dabei vor allem von ihrem Vater und ihrem Trainer Jens Roßkothen. Erfolgreich stellte sie sich schnell ein. „Am Anfang habe ich bei jedem Wettkampf eine neue persönliche Bestleistung aufgestellt“, verrät Nina Endt. Aktuell steht diese über 3000m bei 10:41,76 Minuten, aufgestellt bei den NRW-Langstreckenmeisterschaften in Neuss. Damit löste sie auch das Ticket für die Deutschen Meisterschaften. Nach der Teilnahme an der DM im Crosslauf bereits der zweite Höhepunkt in der jungen Leichtathletik-Karriere.

### Mit müden Beinen nach Ulm

Auf der Tartanbahn in Ulm konnte sie die Zeit dann nicht bestätigen – auch weil ihre Beine von der Einrad-EM schwer waren. „Im Nachhinein ärgere ich mich ein bisschen“, sagt die Sportlerin. Durch die müden Beine ist sie technisch nicht sauber gelaufen. „Immer wenn ich vorher

auf dem Rad saß, laufe ich etwas zitzend, strecke mich nicht richtig. Das ist nicht gut“, beschreibt sie. Daran wird gearbeitet.

Große Wettkämpfe stehen in diesem Jahr nicht mehr an, den Fokus richtet Nina Endt bereits auf das Jahr 2018. Dann macht sie Abitur, anschließend möchte sie entweder als Sport-Stipendiatin in die USA oder aber zur Bundeswehr. Sportlich hat sie sich erneut die Deutschen Meisterschaften als Ziel gesetzt, bei denen sie in der Altersklasse U20 an den Start gehen kann und dort auch über die 5000 und 10000m laufen wird. Und auch im Crosslauf will sie weiter starten.

„In diesem Jahr hatte ich bei der DM einen schlechten Tag, nächstes Jahr will ich es besser machen.“ Auch wenn die Laufkarriere von Nina Endt erst spät gestartet ist, hat sie schnell an Fahrt aufgenommen. Das Tempo will sie nun halten – und weitere Erfolge sammeln.



**Auch auf dem Einrad macht die 17-jährige Nina Endt seit ihrer Kindheit eine gute Figur.**

FOTO: ENDT