

Dienstag, 13. Juli 2021, Rhein-Zeitung Kreis Neuwied, Seite 14

Junk freut die „wahnsinnige Zeit“

Von unserem Mitarbeiter Wolfgang Birkenstock



Leichtathletik: Sprinterin der LG Rhein-Wied holt bei der U 23-Europameisterschaft Gold und Silber

Tallinn (Estland)/Neuwied. „Es hätte wirklich nicht besser laufen können.“ Sophia Junk war richtig happy über ihre in der Summe fünf Auftritte bei der U 23-Europameisterschaft in der estnischen Hauptstadt Tallinn. Die Silbermedaille über 200 Meter in 22,87 Sekunden (persönliche Bestzeit) und die Goldmedaille mit der deutschen Staffel über 4 x 100 Meter in 43,05 Sekunden – ohne Frage: Junks Auftritt bei der EM war super.

Bei der Frage, welches Edelmetall sie höher bewertet, ist die Antwort eindeutig: „Ganz klar die Einzelmedaille“, sagte die Sprinterin der LG Rhein-Wied. „Natürlich ist eine Staffelmedaille auch viel wert, wir sind ja auch Meisterschaftsrekord gelaufen, aber die Einzelmedaille hat dann doch noch einen höheren Stellenwert, weil das die Einzelleistung war, für die man allein auf der Bahn gestanden hat.“

Als es am Abschlusstag in die Staffelwettbewerbe ging, hatte sie bereits drei Rennen über 200 Meter in den zu dem Zeitpunkt durchaus schweren Beinen. „Man kann das gar nicht richtig beschreiben, das muss man mal erlebt haben, man kann Kräfte für die Staffel mobilisieren, das ist ganz verrückt, das geht immer“, sagte die 22-Jährige. „Das Gefühl im Team, das lässt einen über die Bahn fliegen.“

Schon im Vorlauf unterstrichen Lilly Kaden (Dortmund), Keshia Beverly Kwadwo (Wattenscheid), Sophia Junk und Talea Prepens (Cloppenburg) ihre Favoritenrolle, waren in 43,24 Sekunden klar die Schnellsten im Kadrioru staadion und verbesserten zum ersten Mal an diesem Tag den Meisterschaftsrekord. Die alte Marke (43,29) stammte auch von einer deutschen Staffel, gelaufen 2013.

Am Montag vor der EM hatte sich das Quartett in Dortmund noch zum Staffeltraining getroffen, was sich offenbar gelohnt hat. „Das waren natürlich keine ausgereizten Wechsel, um irgendwelche Weltrekorde zu laufen“, erzählte die Polizistin aus Koblenz zum Vorlauf. Aber auch im Finale wurde nicht viel umgestellt. „Nur beim ersten Wechsel haben wir noch etwas geändert, sonst ist alles gleich geblieben“, verriet Junk.

„Wir hatten keinen Druck von den anderen Nationen. Wir wussten, dass wir cool bleiben und die Wechsel konzentriert und fokussiert auf die Bahn bringen mussten.“ Das gelang. Souverän, mit soliden Wechseln, war das deutsche Quartett im Finale in 43,05 Sekunden noch etwas schneller. Ein klarer Sieg vor den Spanierinnen, die nach 43,74 Sekunden im Ziel waren. „Am Ende steht eine wahnsinnig gute Zeit, auch wenn es ein bisschen schade ist, dass wir nicht unter 43 Sekunden gelaufen sind. Aber jede Läuferin hatte ja eine Vorbelastung durch die Einzelstarts“, sagte Junk.

Die Vorbelastung bestand bei ihr aus drei Rennen über 200 Meter an zwei Tagen. Das Halbfinale war ihr wahrscheinlich bestes Rennen bisher überhaupt auf der halben Stadionrunde. Schnell, locker, 22,92 Sekunden. Und das bei einem starken Gegenwind von 1,4 Meter pro Sekunde und obwohl sie am Ende austrudeln ließ. Im Finale konnte sie noch zulegen, holte in 22,87 Sekunden Silber.

Junk formulierte die Zielsetzung für die Zukunft: „So ein Rennen wie im Halbfinale in einer Drucksituation hinzukriegen, um Richtung 22,6 oder 22,5 rennen zu können. Das muss man lernen.“

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