

Sara Karies ist nationale Vizemeisterin im Jahn-Sechskampf

06.10.2019



Sara Karies

Nach neun Stunden der Lohn für sechs schwere Disziplinen: Bei den Deutschen Meisterschaften im Jahn-Sechskampf sprang Sara Karies (DTG) auf das Silber-Treppchen und feierte einen triumphalen Erfolg. Die Freude über den Vize-Titel wurde nur geringfügig dadurch getrübt, dass die Goldmedaille erreichbar gewesen wäre, wenn Sara nicht – stressbedingt durch Probleme mit der Einturnzeit – einen Patzer in der Bodenübung beim Gerätturnen hätte verbuchen müssen. Aber hätte, hätte, ... - am Ende war die Freude doch groß!

Jahn-Sechskampf, was ist das eigentlich? Der traditionsreiche Mehrkampf besteht aus den Disziplinen Turnen (Barren und Boden), Leichtathletik (Kugelstoßen und 100m Sprint) und Wassersport (100m Schwimmen und Kunstspringen vom 1-Meterbrett). Zugelassen zu den Deutschen Meisterschaften in dem nach Turnvater Jahn benannten Wettkampf sind nur Sportlerinnen, die in ihrem Landesverband eine hoch angesetzte Mindestpunktzahl erreichen. Im pittoresken Eutin (Schleswig-Holstein) fanden die nationalen Titelkämpfe statt.

Sara begann den Wettkampf in den leichtathletischen Disziplinen. Obwohl nicht optimal vorbereitet, rannte sie die 100m in 13,7 Sekunden und schaffte beim Kugelstoßen gar eine neue persönliche Bestleistung von 12,15 Metern. Erst zwei Stunden später begannen die Turndisziplinen. Den Barren hatte Sara mit einer sehr stabilen Übung gut im Griff und konnte 12,45 Punkte verbuchen. Die Bodenübung gelang nicht ganz so gut. Es folgte eine lange Wettkampfpause, bevor Sara gegen inzwischen 21:00 Uhr den Wertungsrichtern einen gelungenen Delphin-Kopfsprung und einen eineinhalb Salto vorwärts vom Ein-Meter-Brett

zeigen durfte. Anschließend stieg sie noch für die 100 Meter Freistil ins Becken und kraulte, was das Zeug hielt.

Trotz der zermürenden Stunden bis zur Siegerehrung gegen 23:00 Uhr stieg die Spannung bei der Verkündung der Sieger ins Unermessliche: Deutsche Vizemeisterin im Jahn-Sechskampf, was für ein Erfolg!

Den Blick immer nach vorn gerichtet betont Trainer Mike Graff: „ Die Vorbereitung auf das Wasserspringen ist am schwierigsten. Die notwendige Art von Sprungbrett bietet nur ein Schwimmbad in Dortmund, und dort ist das Training aufgrund des regulären Schwimmbetriebs kaum möglich. Schade für das Wasserspringen! Diese sehr attraktive Disziplin muss man in Dortmund wohl als ausgestorben betrachten“.