

DM in Hamburg 2013

Geschrieben von: Wiens Rudolf

Sonntag, den 04. August 2013 um 17:05 Uhr -

Am Wochenende des 4. bis 5. Mai strömten Tausende von Begeisterten nach Hamburg. Doch nicht etwa wegen des Deutschen Evangelischen Kirchentages – nein. Natürlich wegen der 3. Deutschen Meisterschaft im Kettlebelllifting, zu der Athleten aus ganz Deutschland anreisten. Darunter auch unser Wettkampfteam, bestehend aus acht Personen: unseren beiden Trainern Alex und Andi Fischer und den Wettämpfern Irina Jaquet, Maximilian Burger, Benedikt Sommer, Philipp Wiens, Lukas Schrafstetter und Nesthäkchen Florian Stapelfeldt. Es galt sich wie auch beim letzten Mal in der Disziplin des Biathlons zu beweisen, d.h. Reißen



DM in Hamburg 2013

und Stoßen (bzw. für Irina als Mädchen nur Reißen). Beides wird über einen Zeitraum von zehn Minuten ausgeführt, in denen der Athlet versucht, so viele Wiederholungen wie möglich auszuführen.

Die Sportler benutzen dabei Gewichte von 16 bis 32 Kilogramm, von denen sie beim Stoßen jeweils eines pro Hand von der Brust über den Kopf in die „Lockout“-Position stoßen. Beim Reißen führt man eine Kettlebell wiederholt zwischen die Beine und in die Lockout-Position über Kopf, wobei nur ein Handwechsel in den gesamten zehn Minuten erlaubt ist. Die volle Zeit durchzuhalten ist sehr anstrengend und fordert nicht nur körperlich, sondern vor allem mental. Eine außergewöhnliche Sportart. Außergewöhnlich war dieses Jahr auch unsere Unterkunft; da, bedingt durch den Evangelischen Kirchentag, schon Monate vorher sämtliche Hotelzimmer in und um Hamburg ausgebucht waren, schliefen wir (mit freundlicher Genehmigung von Johann Martin) in der Sporthalle des AC Hamburg, wo auch der Wettkampf stattfand. Dies hatte aber keinen negativen Einfluss auf die Leistungen unserer Athleten. Das größte Problem war wohl,

DM in Hamburg 2013

Geschrieben von: Wiens Rudolf

Sonntag, den 04. August 2013 um 17:05 Uhr -

dass durch die Allgegenwärtigkeit der Wettkampfatmosphäre die Aufregung bei den Meisten ersichtlich war.. Als dann aber die Meisterschaft eröffnet wurde und man mit dem ersten Set begann, war alles wie weggeblasen. Durch die Motivation durch das Publikum und die Trainer wurde man zu Bestleistungen angetrieben. Dies zeigte sich auch in der Medaillenausbeute: drei Mal Gold, zwei Mal Silber, ein Mal Bronze.

Dazu kommt noch ein Pokal, den unser jüngster, Flo, für die zweitmeisten Punkte insgesamt gewonnen hat. Mit 87 Wiederholungen im Stoßen und 160 im Reißen mit der 16kg Kettlebell setzte er mit seinen 14 Jahren ein Zeichen und erntete großes Lob. Nach dem Wettkampf hieß es aber erst mal, die Stadt Hamburg zu erkunden. Die meisten waren zum ersten Mal in der Elbmetropole. Leider hatte die Zeit nur für eine kleine Runde zu den Landungsbrücken, samt Stärkung im Hardrock-Cafe, über das Rathaus, bis zur Binnenalster gereicht, was aber für einen groben Überblick gereicht hat. Florian und Irina fahren dieses Jahr zusammen mit Trainer Andi zur Deutschen Jugendeuropameisterschaft, die ebenfalls in Hamburg stattfindet. Dort haben zumindest sie noch einmal die Möglichkeit mehr von dieser tollen Stadt zu sehen.

Zuletzt möchten wir, das Team Crossathletik, uns noch für die Gastfreundschaft der Hamburger und des Athletenclub Hamburg bedanken, ohne die wir wahrscheinlich Campen hätten müssen. Außerdem herzlichen Dank an den TSV Gilching-Argelsried e.V., der uns den Bus für unsere Fahrt zur Verfügung gestellt hat und an unsere Trainer Andi und Alex ohne die das alles nicht möglich gewesen wäre!

Lukas Schrafstetter