

Der Goldlauf in Magglingen als Willenssache

Leichtathletik: Gespräch mit der neuen Schweizer Meisterin Simone Murer von STV Willisau

Am vergangenen Sonntag holte sich Simone Murer vom STV Willisau über 400 Meter den Titel einer Schweizer Meisterin in der Halle (siehe auch unseren Bericht über die SM in der Dienstausgabe). Wir unterhielten uns mit der 21-jährigen Kaufmännischen Angestellten über den erfolgreichen Wettkampf und ihre Ziele für die anstehende Freiluftsaison.

Renato Cavoli

Gold über 400 Meter an nationalen Titelkämpfen. Das ist ein toller Abschluss der Indoor-Saison. Hatten Sie sich eigentlich selber auf der Meisterrechnung?

Simone Murer: Ich habe in dieser Hallensaison zwar noch kein 400-Meter-Rennen bestritten, sondern ging jeweils über 60 Meter und 200 Meter an den Start. Aber ich traute mir aufgrund der Trainingsleistungen einen Platz auf dem Podest zu. Dass es gleich zu Gold gereicht hat, ist natürlich umso schöner.

Was hat den Ausschlag gegeben, über 400 Meter zu starten?

Ich habe das vor diesen Titelkämpfen in Magglingen so mit Trainer Sepp Vogel abgemacht. Die 400 Meter passen in mein Saisonkonzept, das ja im Juli als Höhepunkt die Europameisterschaften der Espoirs in Polen vorsieht.

Es geht also in den kommenden Monaten auch darum, die Limite für diese Titelkämpfe zu schaffen.

Richtig. Die Limite liegt bei 54,20 Sekunden. In Magglingen lief ich nach 55,72 Sekunden über die Ziellinie.

Man spürt, dass Sie sich diese Limite zutrauen-

Ich denke, dass ich diese Zeit in den Beinen habe, ja. Ich habe mich kraftmässig verbessert und lief in Magglingen, zumindest im Final, ein Rennen, das mich für die Zukunft zuversichtlich stimmt.

Am Samstag in den Vorläufen liefs noch nicht nach Wunsch?

Nein, ganz und gar nicht. Ich bin nicht gut gelaufen, war überhaupt nicht zufrieden mit meiner Leistung.

Es spricht aber für Ihre Klasse, dass Sie einen Tag später ihr eigentliches Rendement abrufen konnten. Also genau zum richtigen Zeitpunkt.

Es stellt mich riesig auf, dass ich mich im Finallauf steigern konnte. Es war letztlich auch eine Willenssache. Im vergangenen Jahr lief ich in der Halle über diese Strecke übrigens eine ganze Sekunde langsamer. Es tut gut, wenn man die im Training erzielten Fortschritte schliesslich auch im Rennen, also in einem Ernstkampf, umsetzen kann.

Auch Ihre Schwester Eliane zeigte sich in Magglingen in sehr guter Form und holte die Silbermedaille über 800 Meter. Zwei Medaillen in der gleichen Familie. Grund genug, um das Ganze anschliessend noch ein wenig zu feiern-

-haben wir nicht. Es hat irgendwie nicht gepasst. Aber wir können ja nachholen. Vielleicht muss ich diesbezüglich auch einmal mit Trainer Sepp Vogel sprechen-

Bleiben Sie den 400 Metern in unmittelbarer Zukunft treu?

In der unmittelbaren Zukunft schon. Wie gesagt: Ich peile die EM-Limite an und will diese auch schaffen. Das ist mein nächstes grosses Ziel. Kurz: In diesem Jahr setze ich auch im Freien auf die einfache Bahnrunde.

Und später?

Ich denke, dass ich früher oder später auf die 800 Meter ausweichen werde. Es ist eine neue Herausforderung und ich rechne mir auch über diese Strecke einiges aus.

Da könnten Sie sich ja die neuen Ziele gleich mit Ihrer Schwester Eliane teilen, die sich über 800 Meter nur von der national zurzeit noch unantastbar scheinenden Anita Brägger schlagen liess.

Eliane wird später wohl auf die 1500 Meter wechseln. Aber wir können schon heute im Training und im Wettkampf voneinander profitieren und uns gegenseitig anstacheln. Doch wie gesagt: Das mit den 800 Metern ist Zukunftsmusik. Jetzt gilt es erst einmal diese Saison über 400 Meter anzupacken.

Und an der EM in Polen hätten Sie ja noch eine zweite Einsatzchance über 400 Meter mit der Schweizer Staffel.

Auch da müssen wir uns zuerst qualifizieren. Und zwar nicht als Staffel in einem Rennen. Die Zeiten der vier Läuferinnen müssen zusammen einen Richtwert ergeben, der schliesslich zur Qualifikation reicht.

Am 10. Mai steht das traditionelle Eröffnungsmeeting in Willisau auf dem Programm. Der erste Saisonhöhepunkt im Freien findet also quasi vor ihrer Haustüre statt. Eine ganz besondere Motivation-

Das ist auch für die anderen Athletinnen und Athleten des STV Willisau eine ganz besondere Motivation. Doch zuerst stehen jetzt einige wenige Ferientage auf dem Programm. Aber keine Angst: Ich werde meine Joggingschuhe auch mitnehmen, damit ich nicht ganz aus der Übung komme-