

Samstag, 14. Januar 2023, Miesbacher Merkur / Lokales - Sport

Überzeugende Weiten

LEICHTATHLETIK - Sabrina Zeug und Christina Stumböck präsentieren sich in guter Form

VON LUDWIG STUFFER



Hausham – Überaus gelungen war die Saison-Premiere der Rasenkraftsportlerinnen von der SG Hausham beim 1. Alfred-Schuhbeck-Gedächtniswerfen in Wasserburg. Bei strahlendem Sonnenschein und angenehmen Temperaturen präsentierte Trainer Hans Zenzinger gleich zwei seiner Schützlinge, um erste Richtwerte nach der „staaden Wettkampfzeit“ abzurufen.

Noch in den letzten Wochen gab es zwar einige Probleme in der Trainingsabstimmung, denn Zenzinger musste nach einem Sturzunfall einige Einheiten vor Ort in der örtlichen Turnhalle aussetzen. „Mit Trainingsplänen ging es dann für meine Athletinnen schon weiter, denn die habe ich ihnen zu Hause geschrieben“, verriet der erfahrene Coach. Nach zahlreichen fleißigen Trainingsprogrammen im Winter prognostiziert Zenzinger: „Theoretisch müsste heuer eigentlich noch ein bisschen mehr an Leistung bei Sabrina Zeug kommen.“

Positiv äußerte er sich auch, dass mit Christina Stumböck nun wieder eine seiner „Stamm-Athletinnen“ zurückgekehrt ist. Nach ihrer erfolgreichen Ausbildung zur Physiotherapeutin hat sie nun wieder mehr Zeit für das Training und „ist nun wieder bei uns vier Mal pro Woche regelmäßig dabei“. Auch hier rechnet Zenzinger mit einer ansprechenden Saison für seine Athletin, denn „Christina hat sich gut stabilisiert“.

In Wasserburg feierte Zeug einen gelungenen Saisonauftakt. Gleich zweimal stieg sie in den Wurfring in zwei Altersklassen. Altersbedingt startete die 30-Jährige im Hammerwurf der Seniorinnen 1: Hier gewann sie im Alleingang mit mit starken 48,20 Meter.

„Für die Jahreszeit bin ich mit dieser Leistung schon zufrieden“, erzählte die erfahrene Athletin. Mit zweieinhalb Drehungen setzte sie diesmal nicht den vollen Schwung um, zumal sie normalerweise eine Drehung mehr macht. „Das war technisch einfach besser an diesem Tag“, verteidigt Zenzinger ihren Wettkampf, nachdem sie noch wenige Tage zuvor in Hausham vor allem mit einem Hammer an einer Kette trainiert hatten und nicht wie offiziell im Wettkampf an einem Stahlseil. Später startete sie in der Frauen-Hauptklasse: Mit 45,49 Metern gewann sie auch hier komfortabel gegen Lina Metschl von der WG Augsburg/München mit 43,63 Meter.

Für Christina Stumböck war dieser Wettkampf eine gewisse Wiederbelebung ihrer neuen Saison. Mit 36,91 Meter blieb sie diesmal noch unter ihrer Bestmarke und wurde Vierte in der dichten Konkurrenz.

Aber das Wettkampfsjahr ist bekanntlich nun erst gerade wenige Tage alt, und da ist bei der eigentlichen Diskus-Spezialistin noch einiges an Steigerung möglich. Klar natürlich: Der Winter ist bis auf das Kugelstoßen eigentlich eher eine Durchgangssaison zum Testen der Form. Im Sommer macht es beiden Athletinnen bei warmen Temperaturen deutlich mehr Spaß. Zudem ist dann auch das Verletzungsrisiko geringer.