

Mit einer Bananenkiste hat alles angefangen

Leichtathletik. Hürdenläufer Marius Lewald überzeugte am Wochenende bei den deutschen U20-Meisterschaften. Sein Ziel für die Freiluftsaison ist der Start bei den U18-Europameisterschaften

Vor dem Training im Jahnstadion ist **Marius Lewald** gut drauf. Der 16-Jährige vom LC Adler Bottrop hat am Wochenende bei den deutschen U20 Hallenmeisterschaften in Dortmund mit 8,28 Sekunden eine neue persönliche Bestzeit über die 60 Meter Hürden auf die Tartanbahn gelegt. Im Gespräch mit WAZ-Redakteur **Maximilian Lazar** spricht er über die vergangene Hallensaison und Ziele für den Sommer.

Hallo Marius, bist du zufrieden mit dem Ergebnis bei den deutschen Meisterschaften?

Marius Lewald: Ja, total. Ich habe meine Bestzeit unterboten, war der Schnellste U-18-Läufer im Feld und habe das Finale nur ganz knapp verpasst.

Hast du mit dem guten Abschneiden gerechnet?

Lewald: Letzte Woche im Training lief es nicht so gut und deshalb war ich von der Zeit schon etwas überrascht. Aber schon beim Wärmelaufen habe ich gemerkt, dass es ein guter Lauf wird.

Worauf kommt es beim Hürdenlauf denn an?

Lewald: Es ist wichtig, die erste Hürde schon gut zu erwischen. Außerdem kommt es darauf an, nicht über die Hürden zu springen, sondern



Im Jahnstadion trainiert Marius Lewald für das große Ziel in diesem Sommer. Er will bei den U18-Europameisterschaften in Tiflis starten.

FOTOS: WINFRIED LABUS

drüber zu laufen. Das ist vor allem eine technische Herausforderung.

Gibt es dabei ein sportliches Vorbild, an dem du dich orientierst?

Lewald: Weltrekordler Aries Merritt kommt unglaublich schnell über jede einzelne Hürde. Das beeindruckt mich.

Du bist jetzt 16 Jahre alt, wann bist du zur Leichtathletik und zum Hürdenlauf gekommen?

Lewald: Seit ich sechs Jahre alt bin, bin ich dabei. In der Kinderleichtathletik musste man in der Staffel immer über Bananenkisten laufen. Ein Trainer hat da Potenzial entdeckt. Seitdem bin ich Hürdenläufer, starte manchmal aber auch im 100 und 200 Meter-Lauf.

Was braucht ein guter Hürdenläufer, um erfolgreich zu sein?

Lewald: Man sollte sehr dehnbar und gelenkig sein. Außerdem gehört eine Menge Mut dazu, voll über die Hürden zu laufen.

Jetzt startet bald die Vorbereitung für die Freiluftsaison. Welche Ziele

hast du Dir gesteckt?

Lewald: Ich möchte meine persönliche Bestzeit über die 110 Meter Hürden von 14,34 Sekunden auf 13,95 Sekunden verbessern. Dann wäre ich bei der EM in Tiflis dabei und würde den Sprung in den Bundeskader schaffen.

„Auf die NRW-Gala in Bottrop freue ich mich ganz besonders.“

Marius Lewald, Hürdenläufer des LC Adler Bottrop

Wie sieht dein Weg dahin aus, damit es klappt?

Lewald: Im März geht es mit dem NRW-Landeskader erstmal nach Teneriffa. Da werden die Grundlagen für die Saison gelegt. Am 29. Mai, meinem Geburtstag, werde ich

dann bei der NRW-Gala in Bottrop starten. Darauf freue ich mich ganz besonders. Die letzte Chance für die EM-Norm habe ich dann in Walldorf.

Du gehst noch zur Schule. Wie lässt sich das mit dem Leistungssport vereinbaren?

Lewald: Das Riesener-Gymnasium in Gladbeck unterstützt mich wo immer es geht. So kann ich auch an den Lehrgängen teilnehmen.

Und was steht nach dem Abitur an?

Danach möchte ich in Münster Luft- und Raumfahrttechnik studieren. Dann könnte ich auch weiter mit dem NRW-Kader trainieren.

Sehen wir dich irgendwann bei Olympia?

Lewald: Es ist auf jeden Fall ein Traum von mir. 2020 kommt noch zu früh, aber 2024 könnte ich anstreben.



Marius Lewald weiß, worauf es im Hürdenlauf ankommt. Seine Ziele für die Sommersaison hat der 16-Jährige fest im Visier.