

«Der Kopf wollte mehr, als die Beine geben konnten»

Angela Klingler aus Erlenbach gewann an den Schweizer Meisterschaften der Leichtathleten in der Halle ihre erste Medaille bei den Aktiven.

• Jörg Greb

Angela Klingler, Sie stürzten sich im Finallauf über 400 m ins Ziel und landeten hart. Haben Sie sich verletzt?

Es ist nicht tragisch, nur Schürfungen an Knie und Ellbogen. Der Sturz war eine logische Folge meiner Körpervorlage. Der Kopf wollte mehr, als die Beine auf den letzten Metern geben konnten. Aber der Einsatz war nötig und entscheidend für die Medaille. Aus den Augenwinkeln hatte ich gesehen, wie eng die Entscheidung wird.

Sie verpassten die Silbermedaille um 6 Hundertstel und liessen die Vierte um 15 Hundertstel hinter sich. Haben Sie Bronze gewonnen oder Silber verloren?

Ganz klar, ich habe Bronze gewonnen. Mein Ziel war es, mich am Samstag im Vorlauf für den A-Final zu qualifizieren. Dies gelang mir mit der viertbesten Zeit. Danach sagte ich mir: Jetzt habe ich nichts mehr zu verlieren. Die Medaille war nun in meinem Kopf.

Dabei steigerten Sie sich am Sonntag auf 56,68. Wie war das möglich?

Das ist wirklich eine Traumzeit. Noch jetzt kann ich es kaum glauben. Letzten Sommer stand ich mit einer Bestleistung von 58,34 zu Buche. Ich war damit die Nummer 24 der Schweiz. Noch Ende Jahr hätte ich diesen Leistungssprung nie vorausgesagt. Aber zwei Wochen vor den Meisterschaften steigerte ich mich auf 57,37. Das zeigte mir, dass etwas drinliegt. Diese Zeit gibt mir eine

enorme Motivation für den Sommer.

Auch über 400 m?

Ja auch, aber im Freien bevorzuge ich die 400 m Hürden. In der Halle werden diese nicht gelaufen. Gegenüber der Flachstrecke ist diese Disziplin abwechslungsreicher. Sie erfordert mehr Technik. Ich bin gespannt, was da kommt.

Letztes Jahr liefen Sie über die 400 m Hürden 63,09. Setzen Sie die Fortschritte des Winters um, durchbrechen Sie die 60-Sekunden-Grenze.

Da bin ich mir nicht so sicher. Über 400 m Hürden gelang mir bereits letztes Jahr eine grosse Steigerung.

Auf jeden Fall sind Perspektiven vorhanden. Welche Ziele verfolgen Sie?

Seit Sonntag lasse ich Gedankenspielen mehr Platz. Ich darf träumen. International bin ich noch zu keiner Startmöglichkeit gelangt. Das soll sich in absehbarer Zukunft ändern. Ich habe mich jedes Jahr gesteigert. Und wenn der Erfolg kommt, macht das süchtig. Ich bin mir aber bewusst, dass es nicht in diesem Rhythmus weiter aufwärts gehen kann.

Sie sind quasi aus dem Nichts gekommen. In den Nachwuchskategorien findet man Sie weder über 400 m noch über 400 m Hürden bei den Besten Ihres Alters. Warum?

Erst letzte Saison begann ich mich zu spezialisieren. Zuvor mass ich mich im Siebenkampf. Meine Lieblingsdisziplin war immer der Hochsprung. Noch heute traure ich diesem ab und zu nach. Ich liebte das Spielerische dieser Disziplin.



Angela Klingler (Bild: Esther Michel)

Sie sprangen beachtliche 1,61 m. Weshalb wendeten Sie sich vom Hochsprung ab?

Rücken- und Knieprobleme hinderten mich ständig. Ich stagnierte. Ein Ausweg zeigte sich in starken Leistungen über 200 und 800 m, ohne gezieltes Training. Letztes Jahr stellten wir um auf 400 und 400 Hürden. Mit vollem Erfolg. Der dritte Platz an der U-23-SM über 400 m Hürden war eine erste Krö-

nung. Und die Rücken- und Knieprobleme sind verflogen.

Haben Sie an der neuen Sparte auch Gefallen gefunden?

Ja. 400 m, das ist nicht sprinten, und dennoch läufst du einen hohen Rhythmus mit langen Schritten. Das ist ein schönes Laufen. Und Vreny Müller, meine Trainerin, sagt immer: Auf dieser Distanz kommt eine weitere Stärke von dir zum Tragen - das Beissen.

Sie sprechen Ihr Trainingsumfeld an. Vreny und Christian Müller fördern Sie in der LG Küsnacht/Erlenbach seit Jahren.

Das ist ein zentraler Punkt. Unsere Gruppe bei Vreny und Christian ist klein, aber sie funktioniert hervorragend. Wir haben es toll. Die Trainer sind seit Jahren mit Herzblut dabei. Sie investieren unzählige Stunden. Bei uns

geht es familiär zu und her. Spass haben miteinander ist wichtig. Der Kontakt zwischen uns Sportlern und den Trainern geht über den Sportplatz hinaus. Meine beste Freundin, Dominique Musey, gehört ebenfalls zur Gruppe. Und an Müllers binden mich auch verwandtschaftliche Bande: Christian ist der Bruder meiner Mutter und mein Götti. Zu ihm ging ich zudem in die Schule.