

Tempo kommt auf den letzten Metern

Daniel Regenfuß (15) ist schnellster Sprinter seines Jahrgangs

Von Jörn Polzin

LANGEN - Für Daniel Regenfuß geht es in diesem Jahr Schritt für Schritt, oder besser Zehntel um Zehntel, voran. Der 15 Jahre alte Egelsbacher im Trikot der LG Langen ist der schnellste deutsche Sprinter des Jahrgangs 2001 und träumt vom EM-Start.

Etwas ungläubig schaute Daniel Regenfuß drein: 10,74 Sekunden bei den nationalen Titelkämpfen der U18 in Ulm. Platz drei. Nur eine gute halbe Sekunde langsamer als Deutschlands schnellster Sprinter Julian Reus bei der Weltmeisterschaft in London. Und das mit gerade mal 15 Jahren. „Das hat mich doch sehr überrascht“, sagt der Athlet der LG Langen. Zuvor lag seine Bestzeit bei 10,89 Sekunden - bei optimaler Windunterstützung. Eine Erklärung für die Leistungsexplosion hat er nicht. Dafür seine Trainerin. „Daniel ist ein nervenstarker Athlet, der sich nicht aus der Ruhe bringen lässt“, betont Sandra Ellinghausen, die mit Kevin Reuss das Trainerduo bildet. „Je größer der Leistungsdruck, desto schneller ist er.“

Die Rivalen vor ihm sind dabei eine nicht ganz unfreiwillige, zusätzliche Motivation. „Der Start ist meine Schwäche, aber hinten raus bin ich gut, da kommt dann das Tempo“, erzählt der Egelsbacher.

Nicht verwunderlich also, dass Regenfuß auch über die

200-Meter-Strecke sehr erfolgreich ist. Seine Bestmarke liegt bei 21,70 Sekunden. In einer Disziplin, die er bis Ende Februar nie zuvor in einem Wettkampf bestritten hatte. Bei seiner Premiere, den Hessischen Hallenmeisterschaften in Kalbach, überraschte er gleich mit dem dritten Platz. Bei den hessischen U20-Titelkämpfen im Freien reichte es sogar für Platz zwei. Damit nicht genug: Seit Juli ist Regenfuß Hessens Nummer eins der U18-Klasse über 100 und 200 Meter und regelmäßiger Gast beim Kadertraining des Hessischen Leichtathletik-Verbands in Frankfurt. Dreimal die Woche trainiert er bis zu zwei Stunden, hinzu kommen Kräfteinheiten. Das Eisbad darf freilich nicht fehlen. „Ab Oktober werde ich in den Hessenkader aufrücken“, berichtet Regenfuß stolz.

Und das kann er auch sein. Schließlich ist der Realschüler ein Wiedereinsteiger, erst seit verganginem Jahr wieder als Leichtathlet unterwegs. Und das kam so: Bis zur U14 lief er für seinen Heimatverein SG Egelsbach auf, sammelte Siege und Pokale im Akkord. „Ich durfte wegen meines Alters aber noch nicht bei Hessenmeisterschaften teilnehmen. Da hat das für mich keinen Sinn mehr gemacht“, erzählte Regenfuß. Hessische Titelkämpfe gibt es erst ab der U16.

Weil der besondere Anreiz

fehlte, wechselte er zur Basketballabteilung des TV Langen. Aus dem Läufer wurde somit ein Korbjäger. Seine Sprintfähigkeiten halfen ihm nur bedingt weiter. „Es ist natürlich immer gut, schnell zu sein. Aber beim Basketball muss man oft abbremsen und wieder beschleunigen. Insofern war das kein großer Vorteil.“ Ohnehin war der Sportartenwechsel nur für zwei Jahre angedacht, als Überbrückung, um dann als Athlet bei der LG Langen durchstarten zu können. Die erneute Umstellung lief problemlos, „weil ich die Technik noch drauf hatte“, sagt der 15-jährige, der im Oktober 16 wird.

Was künftig noch drin ist, kann er schwer einschätzen. Das Potenzial für eine Profikarriere bringe er mit, meint er. Auch seine Trainerin Sandra Ellinghausen traut ihm einiges zu, lobt Ehrgeiz und positive Einstellung ihres Schützlings. „Er überrascht uns immer wieder. Wenn man denkt, er kann sich nicht mehr steigern, belehrt er uns eines Besseren.“

Im nächsten Jahr will Regenfuß nochmals die U18-Jugend aufmischen und träumt vom Start bei den Europameisterschaften im Juli in Ungarn. Mit Blick auf das Abschneiden von Superstar Usain Bolt („Eine Legende“), der bei der WM in London „nur“ Dritter wurde, betont er: „Man kann aber nicht immer gewinnen.“



„Da ist noch genug drin“: Der Egelsbacher Daniel Regenfuß träumt von der EM-Teilnahme im nächsten Jahr. • Foto: kwr