

Triathletin aus Groß Niendorf ist Vize-Meisterin im Duathlon



Triathlon-Nachwuchs-Talent Julia Bröcker aus Groß Niendorf, hier mit ihrem SHTU-Landestrainer Carsten Krömer, kehrte als Vizemeisterin in der Jugend B von den Deutschen Duathlon Meisterschaften in Alsdorf zurück. Foto: kf

Groß Niendorf (kf). Mit einem hervorragenden zweiten Platz in der Jugend B kehrte Julia Bröcker aus Groß Niendorf von den Deutschen Meisterschaften im Duathlon aus Alsdorf bei Aachen zurück. Die 15-jährige Triathletin startete für ihren Heimatverein VfL Oldesloe bei dem sie seit Anfang 2017 trainiert und gilt als besonderes Talent.

Im TSV Quellenhaupt Bornhöved, in dem Julia Bröcker auch immer noch Mitglied ist, startete sie im Sommer 2014 mit der Kombinationssportart aus Schwimmen, Radfahren und Laufen. Über ihre Schwester Mirja war sie zum Triathlonsport gekommen. Dort erkannte ihr damaliger Trainer ihr Talent und meldete sie im Oktober 2016 bei Carsten Krömer, dem Landestrainer der Schleswig-Holsteinischen Triathlon-Union als Talent. Dieser lud sie zum Training nach Malente, wo Julia dreieinhalb Monate lang an den Wochenenden für die Sichtung im Februar 2017 trainierte. Als ehemalige Leichtathletin meisterte sie ihre Paradedisziplin, das Laufen, hervorragend. Beim Schwimmen erfüllte sie die Vorgaben jedoch nicht.

Dennoch nahm Carsten Krömer sie ins Kader auf und ist heute mehr als glücklich über seine Entscheidung. Für ihn bringt Julia Bröcker sowohl physischen Voraussetzungen als auch die psychische Reife für den Leistungssport mit. „Man muss ihr nur etwas sagen und sie legt sofort den Schalter um“, lobt der Landestrainer. „Dazu kommt die enorme Selbstdisziplin, die Julia so erfolgreich macht“, sagt er. So hätte sie hart am Schwimmen gearbeitet und sich in nur einem Jahr um eineinhalb Minuten verbessert.

Für den Leistungssport absolviert die 15-Jährige aber auch ein durchschnittliches Trainingsprogramm von 14 bis 16 Stunden pro Woche. Dazu gehören 15,6 Kilometer Schwimmen, 80 Kilometer Radfahren, 18 Kilometer Laufen und zwei Stunden Athletik. Alles wird in einer Excel-Tabelle für den Landestrainer dokumentiert.

Carsten Krömer ist mit seinem Leistungs-Kader, der aus insgesamt 15 Athleten im Alter von 13 bis 19 Jahren besteht, an 84 Tagen unterwegs zu Trainingslagern und Wettkämpfen. Nach dem zwölf-tägigen Radtraining in der Toskana Anfang April, geht es am kommenden Wochenende zum DTU-Cup mit EM-Qualifikation in Forst, in vier Wochen startet das Trainingslager im Olympiastützpunkt in Kienbaum, wo sich die Athleten zwölf Tage lang auf die Deutsche Meisterschaft im Triathlon vorbereiten, welche am letzten Juni-Wochenende in Grimma stattfindet.

Für Julias Eltern, die den Sport ihrer Tochter mit 2.500 Euro jährlich nicht nur finanziell unterstützen, steht die Gesundheit ihrer Tochter an oberster Stelle. Aber auch da werden die Leistungssportler bestens betreut, ließ der Landestrainer wissen. Innerhalb des Kaderns hat Julia Bröcker auch tolle soziale Kontakte geknüpft, so dass der Spaß am Sport nicht auf der Strecke bleibt. „Ich freue mich schon, wenn es wieder los geht“, sagt sie.