



Datum: 29.07.2017

Jana Horvath glänzt mit neuer Bestweite

Beim 47. Internationalen Leichtathletik Meeting in Rhede gingen mit Jana Horvath und Joshua Abuaku 2 Athleten der LAV Oberhausen an den Start.

Im Rahmen dieses Meetings wurde auch ein Durchgang des NRW Hammerwurf Cup durchgeführt. Nicht glücklich war Jana, als sie zu Beginn einen nassen Wurfiring vorfand. Bei ihre beiden ersten Versuchen landete der Hammer im Netz. Nach aufbauenden Worten ihres Trainers Josef Ziegenfuß landete der Hammer beim 3. Versuch bei 38,77 Metern gefolgt von 38,30 Metern im 4. Versuch. Jana war inzwischen wieder sicherer im Ring. Nun forderte ihr Trainer ein höheres Tempo bei den 3 Drehungen was Jana auch gut umsetzte. Als Ergebnis schlug der Hammer bei 41,03 Metern in den Rasen, was gleichzeitig eine neue Bestweite bedeutete. Beim letzten Versuch legte Jana noch einmal alles in die Drehungen hinein. Leider touchierte der Hammergriff das Netz und wurde somit stark ausgebremst. Er landete trotzdem noch bei guten 37,30 Metern. Mit ihrer Bestweite sicherte sich Jana den Sieg und steht derzeit auf Platz 2 der Cupwertung. Hier sind aber noch 2 Veranstaltungen offen und somit noch starke Verschiebungen möglich.



Eine Lange Saison neigt sich für Joshua dem Ende zu. Wie geplant sollte er nach den Europameisterschaften in Polen noch 2 Wettkämpfe in den Distanzen bestreiten, welche er über das Jahr gesehen eher weniger im Wettkampf läuft. Nach den nicht ganz so zufrieden stellenden 100 und 200 Metern letzte Woche in Köln standen jetzt noch die 400 Meter flach in Rhede auf dem Plan. Wenn möglich, noch einmal mit einer Verbesserung der persönlichen Bestleistung. Leider ist dieses Ziel nicht ganz aufgegangen. Im zweiten und somit langsameren der



zwei Zeitläufe musste er sein Rennen alleine von vorne bestreiten. Auch wenn der Lauf an sich eigentlich locker und technisch sauber war, muss ich mir vielleicht einfach selber eingestehen, dass etwas die Luft und vor allem auch die Motivation raus ist, so Joshua nach diesem Lauf. Im Endeffekt standen für ihn 48,43 Sekunden auf der Uhr. Auch hier keine Zeit mit der er zufrieden war und somit unter seinen Erwartungen. Nun heißt es für ihn abzuschalten und auch 2 Wochen kompletten Abstand vom Sport zu nehmen, um dann frisch für die neue Vorbereitung zu sein und nächstes Jahr neu anzugreifen zu können.