

Krögers zweiter Streich

RADSPORT-EM: Bielefelderin verteidigt U-23-Titel im Einzelzeitfahren

■ Bielefeld (Maat). Völlig ausgepumpt lag Mieke Kröger auf dem Asphalt. Die Augen geschlossen schnappte sie nach Luft, wie ein Taucher, dem man soeben den Sauerstoff an seiner Flasche abgedreht hat. „Am Ende war es sehr anstrengend“, gestand die alte und neue ZeitfahrEuropameisterin der U 23. Bielefelds beste Radfahrerin hat bei der Straßen-EM in Tartu (Estland) ihren Titel im Kampf gegen die Uhr verteidigt.

Für die 18,4 Kilometer Alleinfahrt benötigte die Brackwederin 24:54 Minuten. Das entspricht einer Durchschnittsgeschwindigkeit von mehr als 44 Stundenkilometern. Auf Platz zwei landete die Ukrainerin Olga Shekel – mit acht Sekunden Rückstand. Bronze ging an Krögers Teamkollegin Corinna Lechner. Sie blieb rund 19 Sekunden hinter der Siegerin.

Nachdem Mieke Kröger wieder zu Luft gekommen war, standen schon die ersten Gratulanten bei ihr. Die Siegerehrung genoss die 22-Jährige sichtlich. „Schließlich war es meine letzte bei einer U 23.“ Als dann das blaue Trikot für die Europameisterin und die Goldmedaille verteilt wurde, die Nationalhymne gespielt waren, sprach Mieke Kröger in das Mikrofon des Moderators: „Ich bin sehr happy über den erneuten Sieg, weil es ein sehr har-

tes Rennen war.“ Tatsächlich hatte die Bielefelderin Anlaufprobleme. „Es lief anfangs einfach noch nicht“, kommentierte Kröger. Vielleicht lag es an dem recht böigen Wind, der den Fahrerinnen zunächst von vorn direkt ins Gesicht blies und erst im zweiten Teil drehte. Trotz der Umstände fand Kröger den Wind im Nachhinein „ganz okay“.

Der Rennverlauf war spektakulär. Corinna Lechner legte zunächst die Bestzeit vor und wartete auf die ärgsten Konkurrentinnen, die in umgekehrter Reihenfolge gemäß ihrer Platzierung aus dem Vorjahr gestartet waren. Mieke Kröger als Titelverteidigerin mit der Nummer eins ging als Letzte auf den Kurs und hatte sich schon früh die Vizeeuropameisterin Severine Eraud, die eine Minute vor ihr gestartet war, geschnappt. Doch die Französin, die später 19. wurde, spielte für das Klassement dieses Mal keine Rolle.

»Großer Gang, große Kraft – fahr zu Gold«



Schnell: Mieke Kröger holt wieder den EM-Titel. FOTO: ROTH

Für ein Ausrufezeichen sorgte die eher unbekanntete Olga Shekel. Die Ukrainerin nahm Lechner elf Sekunden ab und führte bis kurz vor Schluss. Mieke Kröger, die über die Zwischenstände nicht informiert wurde, lag bei den Zeitnahmen mal knapp vor und mal knapp hinter Shekel. Auf der Zielgeraden jedoch hatte sie das bessere Ende für sich. Ihr Sprint begeisterte selbst den Kommentator, der brüllte lauthals: „Big gear, big power – go for it.“ Großer Gang, große Kraft – fahr zu Gold.

Am Samstag steht nun das Straßenrennen an. Dort zählt Kröger eher nicht zum Favoritenkreis. Aber: „Wir fahren als Mannschaft und gucken mal, was so passiert“, sagte sie.



Entkräftet und enttäuscht: Franziska Hentke ist das Finale über 200 Meter Schmetterling zu schnell angegangen, so dass ihr nach hinten raus die Puste ausgeht. FOTO: DPA

Hentke fehlen Körner für eine Medaille

SCHWIMM-WM: Als Weltjahresbeste wird die Magdeburgerin über 200 Meter Schmetterling Vierte

■ Kasan (sid). Die erste WM-Einzelmedaille für eine deutsche Schwimmerin seit sechs Jahren war zum Greifen nahe – doch auf der Schlussbahn brach Franziska Hentke plötzlich ein.

„Mein erster Gedanke war: Scheiße!“, sagte die Magdeburgerin nach ihrem undankbaren vierten Platz im Finale in Kasan über 200 Meter Schmetterling: „Ich bin zu schnell angegangen. Das hat hintenraus Körner gekostet.“ Während Hentke im bisher wichtigsten Rennen ihres Lebens am Ende die Kraft ausging, ließ Marco Koch die Muskeln spielen. Nur 20 Minuten nach Henkes Enttäuschung über den verpassten Podestplatz unterstrich der Eu-

ropameister als Halbfinalzweiter seine Medaillenambitionen.

Für Hentke platze der Traum von Edelmetall dagegen auf brutale Weise. Nur 0,27 Sekunden fehlten der 26-Jährigen (2:06,78), die mit der weltbesten Zeit der Saison nach Kasan gereist und als Mitfavoritin ge-

handelt worden war, auf den Bronzerang. Doch die WM-Dritte auf der Kurzbahn tröstete sich selbst: „In den letzten Jahren habe ich einen riesengroßen Schritt gemacht. Dass am Ende drei Zehntel gefehlt haben, ist Schicksal.“

Die Chancen auf eine Me-

daille, vielleicht sogar auf das erste WM-Gold einer deutschen Schwimmerin seit Britta Steffens Doppel-Triumph 2009 in Rom, standen gut. Hentkes vermeintlich größte Rivalinnen Katinka Hosszu (Ungarn/Halbfinal-Aus) und Miria Belmonte (Spanien/ver-

letzt) waren im Endlauf nicht am Start. Gold ging an die Japanerin Natsumi Hoshi vor der Amerikanerin Cammille Adams und der Chinesin Zhang Yufei.

Die trainingsfleißige Hentke muss dagegen weiter auf ihren großen internationalen Durchbruch warten. Schon bei der Heim-EM in Berlin hatte die deutsche Rekordhalterin als Sechste die anvisierte Medaille verpasst. Trost gab es auch von Vorschwimmer Koch: „Es hat mir super leid getan für sie.“

Mit der Zeit von 2:08,34 Minuten war der Darmstädter aber zufrieden. „Ich denke, dass man Weltrekord schwimmen muss, um zu gewinnen“, sagte Koch und verriet seine Finaltaktik: „Genauso wie heute – und hintenraus ein bisschen schneller.“

Dopingsünder als Weltmeister

■ Die Dopingsünder lassen sich ungeniert als Weltmeister feiern, die Geschlagenen schweigen lieber. Paul Biedermann sprach von „Sachen, die ich nicht gerne höre und lese“, mehr wollte der Weltrekordler aber nicht über den umstrittenen Doppel-

Olympiasieger Sun Yang sagen. Der Chinese gewann über 800 Meter Freistil sein zweites WM-Gold und dürfte doch eigentlich gar nicht in Kasan sein. Sein Dopingvergehen war nur mit einer dreimonatigen Sperre geahndet worden. Julija Jefimowa, Siegerin

über 100 Meter Brust, war Ende Oktober 2013 positiv auf das anabole Steroid Dehydroepiandrosteron getestet worden. Der Weltverband sperrte sie im Mai 2014 rückwirkend für 16 Monate, so dass sie bei der Heim-WM starten konnte. > Einwurf

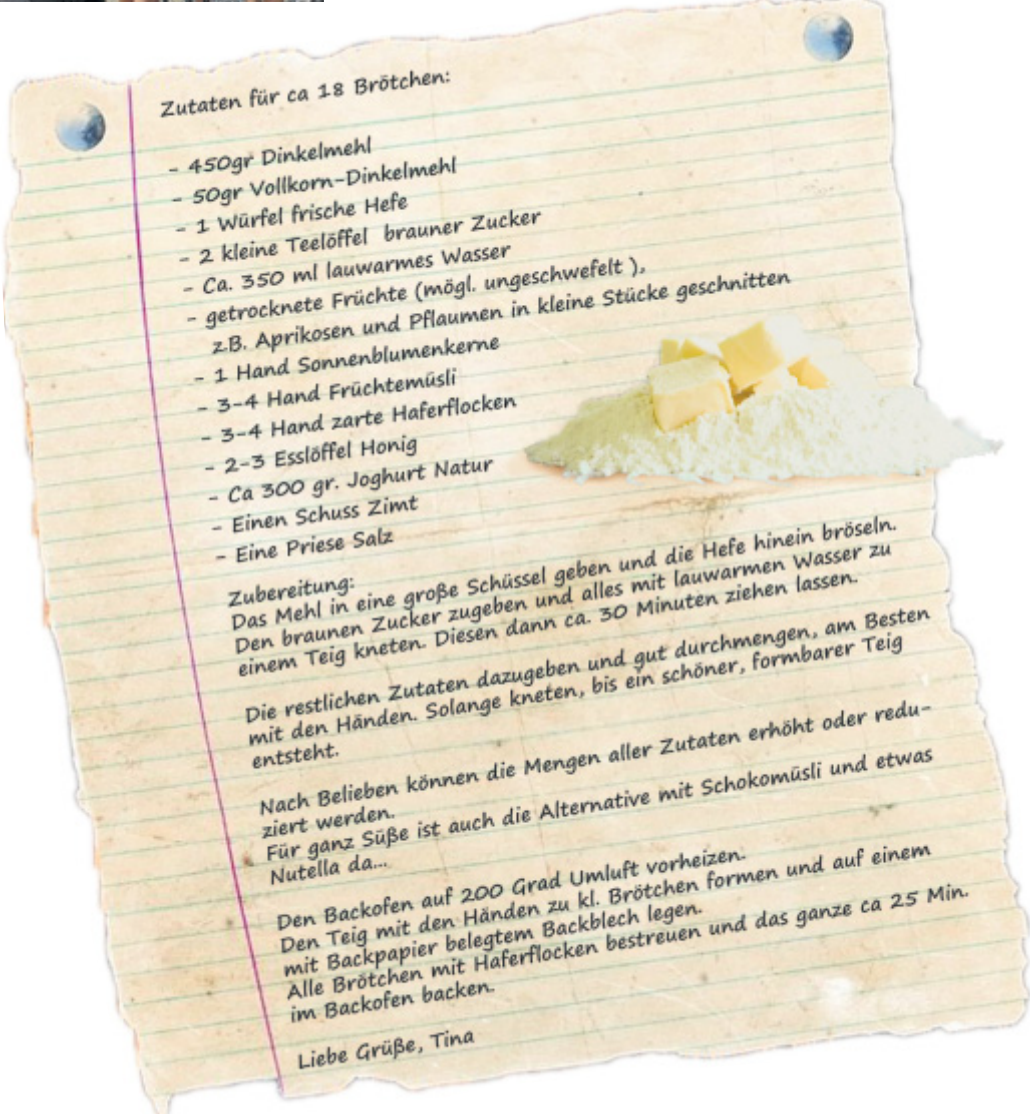
Tinas Power-Brötchen

NW-TEAM ÖTZTALER: Rezept für Ernährung vor und während großer Touren



■ Bielefeld (tzi). Das Angebot an Riegeln, Gels, Iso-Getränken und Protein-Lieferanten ist gewaltig. Aus gutem Grund, schließlich ist die Ernährung vor, während und nach einem Rad-Marathon mit maximal 13 Stunden Dauerbelastung extrem wichtig. Riegel und Co. lassen sich aber durch selbst hergestelltes ergänzen. Während des Teamtreffs vor

einigen Wochen bei Ex-Profi Jörg Ludewig (Foto) in Versmold probierte das Team die von Ludewigs Frau Tina gebakenen Power-Brötchen. „Bei so einem Radmarathon braucht man auch mal etwas, was nach zu Hause schmeckt“, erklärte Jörg Ludewig. Und im Nu war der Brötchenkorb leer. Sehr lecker! Hier das Rezept:



Verschollen im Ötztal

NW-TEAM ÖTZTALER: Torsten Ziegler macht die Generalprobe



Team-Tagebuch

»Bis zur Abfahrt aus Sölden Richtung Oetz war alles absolut glatt gegangen. Pünktliche Anreise zum Interview mit Heike Klotz, der Projektleiterin des Ötztaler Radmarathons, ergiebiges Gespräch nebst Videodreh und kurz vor dem Start zur geplanten Eroberung des Kühntai-Passes noch ein sehr netter Zufallspausch mit zwei Handballprofis des schweizer Topklubs Pfadi Winterthur.

Etwa 90 Minuten später meldet mich Peter Hofer, mein Freund aus dem Zillertal und Fahrer des Begleitfahrzeugs, bei der Polizei als vermisst. Umgekehrt war er für mich allerdings auch wie von der belebten Ötztal-Bundesstraße verschluckt. Mein Smartphone bei ihm im Auto, weil ich alle Bilder und Videos von unterwegs gleich auf einem Gerät gesammelt haben wollte. Ein blöder Fehler. Und ich war so verwirrt ob seines Ausbleibens, dass ich nicht einmal auf die Idee kam, mein Handy von einer Tankstelle aus anzurufen. Meine sorgenvollen Gedanken kreisten um die Themen Panne oder Unfall. Seine nicht minder sorgenvollen Gedanken kreisten um die Themen Panne oder Unfall.

Also machte ich mich auf den Weg zurück Richtung Sölden. Also tat er das Gleiche, und statt uns anzunähern, entfernten wir uns voneinander, weil er ja deutlich schneller fuhr als ich. Nach knapp zehn Kilometern drehte ich wieder um. In Oetz war ich dann aber wieder vor ihm. Nachdem ich etwas he-

rumirrte, kommt Peter mir endlich entgegen. Die Verwirrung steht dem pensionierten Polizisten ins Gesicht geschrieben. Als erstes macht er den Notruf rückgängig, als zweites lachen wir gewaltig über diese Episode.

Bei der Hitze von deutlich über 30 Grad war ich schon tot platt, als die massive Steigung erst begann. Nach 30 qualvollen Minuten hatte ich genug. Runter vom Rad. Aufgabe. Ich will das Rad ins Auto packen. Da sagt Peter Sätze, für die ich ihm sehr dankbar bin. „Schau mal dort unten. Da kommen zwei Radfahrer. Oh, die treten aber auch schwer.“ Wenig später nähert sich eine Frau. „Jetzt aber Torsten, probier's! Rauf aufs Rad“, sagt er diesmal. So beim Ehrgeiz gepackt, gehorche ich ohne groß über meine Erschöpfung nachzudenken. Erst schließe ich zu Petra auf, und dann bringe ich meinen Puls wieder in den gesunden Bereich.

Für meine Ötztaler-Premiere am 30. August war es jedenfalls extrem wichtig, den Kühntai doch noch bezwungen zu haben. Nach zwei Steilstücken, die nur im Wiegetritt zu bewältigen waren, und mit einer folgenden Abfahrt, die mir einen persönlichen Geschwindigkeitsrekord bescherte. Den Wert behalte ich für mich, weil ich keineswegs für Nachahmer verantwortlich sein will. Land-

schafflich ist der Kühntai-Pass übrigens ein Genuss. Überwiegend offenes Weidegebiet. Man klettert dem Bachlauf entgegen, sanft liegt die

Aue flankiert von Felsriesen. Ein Paradies, das vielleicht auch einmal weniger verschwitzt besucht gehört.«

Torsten Ziegler
(Teamchef)

»Wahrscheinlich ist es die Sucht nach dem Radfahren, wenn man nach nur einer Woche schon wieder mehr als 200 Kilometer fahren will. Ich wollte nach eigener Anfahrt jedenfalls bei der RTF vom RMC Schloß Neuhaus starten. 215 Kilometer Gesamtstrecke hatte ich mir an diesen Tag vorgenommen.

Um pünktlich da zu sein, bin ich schon um 6 Uhr losgefahren – bei 9°C. Da kommt nicht gerade Freude auf. Also: Schnell fahren, damit einem irgendwie warm wird. Am Start der RTF waren die Temperaturen dann angenehm. So machte das Radfahren richtig Spaß.

Als ich nachmittags wieder zu Hause war, hatte ich nicht die geplanten 215 Kilometer auf dem Tacho, sondern nur 201. Aber egal, ich wollte über 200 Kilometer fahren – und das habe ich geschafft.«

Udo Möller
(RTC Kirchlegern)



MEHR AUF

www.nw.de/oetztaeler

SPORT-TERMINE

Fußball

Regionalliga: SV Rödinghausen – SSVg Velbert, Bor. Dortmund – SC Verl (beide Sa. 14.00 Uhr), SC Weidenbrück – Fort. Düsseldorf (Sa. 18.30 Uhr)

Tennis

Bundesliga: TC Blau-Weiß Halle – TK Kurhaus Lambertz Aachen (So. 11.00 Uhr)

Radspport

31. Rhedaer Löwentour: Sa. ab 9.00 Uhr, 41 bis 157 km, Startort: Schulzentrum Fürst-Bentheim-Str.

Leichtathletik

19. Berglauf Höxter-Ovenhausen: Heute ab 19.15 Uhr (Kinder), 19.30 Uhr, 3,2 km; Start: Sportplatz Ovenhausen, Ziel: Kapeberg.
Volkswaldlauf um den Auesee Espelkamp: Sa. ab 14.00 Uhr, 1,7 km (Schüler) bis 21,6 km. Start u. Ziel: Koloniestr. Nähe Waldschule.
30. Bad Driburger Brunnen-Lauf: So. ab 9.30 Uhr, 5/10/21 km, Start und Ziel: Iburg-Stadion

LIVE IM TV

ZDF: 16.15 Uhr, Schwimmen, Weltmeisterschaft in Kasan/Russland: Finalläufe

Eurosport: 08.15 Uhr, Schwimmen, WM in Kasan/Russland: Vor- und Zwischenläufe; 12.00 Uhr, Fußball, Champions League Auslosung in Nyon/Schweiz; 12.45 Uhr, Tennis, ATP Tour in Kitzbühel/Österreich, 5. Turniertag: Halbfinale; 16.15 Uhr, Schwimmen, WM in Kasan/Russland: Halbfinal- und Finalläufe; 20.00 Uhr, Skispringen, Somme Grand Prix in Hinterzarten: Teamspringen