



Maike Anstett

LG Region Karlsruhe

Deutsche Hallen-Hochschulmeisterin im Dreisprung

Die für die LG Region Karlsruhe (TuS Neureut) startende Maike Anstett hat es 2018 geschafft, sich nach einem Disziplinwechsel vom Hochsprung zum Dreisprung auch in dieser neuen Disziplin zu behaupten.

Ursprünglich war der Ausflug der gelernten Hochspringerin (in dieser Disziplin war sie 2015 Teilnehmerin der U20 EM) zum Dreisprung im Winter 2016/2017 gedacht, um neue

Trainingsreize zu setzen und nach einer eher enttäuschende Hochsprungsaison den Kopf frei zu bekommen. Doch sie gewann schnell so viel Spaß an dieser Disziplin, dass sie Anfang 2017 zusammen mit ihrem Trainer Tamas Kiss beschloss, sich zunächst einmal voll auf den Dreisprung zu konzentrieren.

Dabei half sehr, dass sie mit Tamas Kiss als ehemaligem Dreisprung-Bundestrainer und aktuellem Hochsprung-Bundestrainer einen ausgewiesenen Sprungfachmann zur Seite hat. Dieser leitet eine starke Sprunggruppe am Stützpunkt in Stuttgart (u.A. mit Marie-Laurence Jungfleisch und Fabian Heinle), in der Maike natürlich ein sehr motivierendes Trainingsumfeld hat.

Nachdem sie es schon in ihrer ersten Saison als Dreispringerin 2017 geschafft hatte, sich unter anderem mit einem Platz sechs bei den Deutschen Meisterschaften U23 in die erweiterte Deutsche Spitze zu springen, setzte Maike 2018 diese tolle Entwicklung weiter fort.

Es gelang Maike dabei, jeweils zu den Höhepunkten der Hallen- und Freiluftsaison auf den Punkt in Topform zu sein und dort ihre besten Saisonleistungen abzurufen.

Bei den Süddeutschen Hallenmeisterschaften in Sindelfingen sprang sie mit 12,68m zur Silbermedaille, mit nur einem Zentimeter Abstand zur Siegerin, und bei der Hallen-DM der Aktiven in Dortmund flog sie mit 12,42m auf Platz fünf.

Höhepunkt der Freiluftsaison war dann der zweite Platz bei den Deutschen Meisterschaften U23 in Heilbronn mit 12,63m.

Mit diesen Ergebnissen hat sich Maike 2018 stabil in ihrer neuen Disziplin etabliert. Das Ziel für 2019 wird es nun sein, die Sprungtechnik noch weiter zu verbessern, um dann in Weiten-Bereiche über 13m vorzudringen.

Ihr Studium der Sportwissenschaften an der Universität Stuttgart wird sie im November mit einem Bachelor abschließen. Danach wird Maike ihre Zelte in Stuttgart abbrechen, um mithilfe eines Sportstipendiums in den USA neue Erfahrungen zu sammeln und dort das Sprungteam der University of Akron verstärken. Da die College-Leichtathletikssaison in den USA aber schon Anfang Juni endet, plant sie auf jeden Fall damit, bei den Deutschen (Junioren-) Titelkämpfen auch im nächsten Jahr eingreifen zu können.

Text: LG Region Karlsruhe