



Nachlese zur

FEM

2017

MÜNCHEN

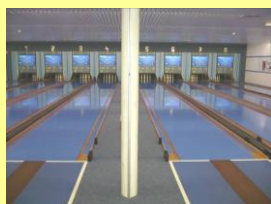




München setzt neue Maßstäbe

Vom 25. bis 27. Mai 2017 fand im Kegelzentrum in der Münchner Säbener Straße für Breitensportkegler die 6. Europameisterschaft für Auswahlmannschaften und Einzelspieler statt. Die Gastgeber vom Landesverband Bayern überzeugten in beiden Mannschaftswettbewerben sowie im Frauen-Einzel. Weiteres Gold im Männer-Einzel ging an den Landesverband Tirol.

Nach der erstmaligen Austragung im Jahr 2007 fand zum sechsten Mal die Europameisterschaft der Breitensportkegler statt. Im Mittelpunkt standen die Mannschafts- und Einzelwettbewerbe. Als Ausrichter konnte die Vereinigung Bayerischer Freizeitkegler VBFK mit Baden, Bayern, Oberösterreich, Rheinland-Pfalz, Steiermark, Südbaden, Südtirol, Tirol und Vorarlberg insgesamt 9 Landesverbände aus Deutschland, Österreich und Italien begrüßen.



2007

Hard
Vorarlberg



2009

Leonding
Oberösterreich



2011

Augsburg
Bayern



2013

Freiburg
Südbaden



2015

Villach
Kärnten

EM 2017 MÜNCHEN



Teilnehmende Landesverbände

Keglerinnen und Kegler von 9 Landesverbänden aus 3 Nationen gingen an den Start. Deutschland war mit Baden, Bayern, Rheinland-Pfalz und Südbaden vertreten. Für Österreich gingen Oberösterreich, Steiermark, Tirol und Vorarlberg an den Start. Italien komplettierte mit Südtirol das internationale Aufgebot.



Baden

Nordbadischer Bowling-
und Keglerverband



Bayern

Vereinigung Bayerischer
Freizeitkegler



Oberösterreich

Landes Breitensport-
Freizeitkeglerverband Oberösterreich



Rheinland-Pfalz

Freizeitkeglervereinigung
Rheinland-Pfalz



Südbaden

Sportkeglerverband
Südbaden



Steiermark

Steirischer Breitensport-Freizeit-
Keglerverband



Südtirol

Südtiroler
Freizeitkegler



Tirol

Tiroler Breitensport-
und Freizeitkegler/innen



Vorarlberg

Vorarlberger Breitensport-
Freizeitkeglerverband

EBFM 2017 MÜNCHEN



Eröffnungsfeier

Gespannt fieberte man am Donnerstag dem feierlichen Moment der Eröffnung um 17 Uhr entgegen. Der Einmarsch der Delegationen mit den Aktiven, den Funktionären und den Schiedsrichtern wurde musikalisch schwungvoll begleitet. Gastgeber Harry Richter moderierte in seiner Doppelfunktion als *VBFK*-Vizepräsident bzw. Sportlicher Koordinator der *EBFU* das Zeremoniell. Hierzu konnte er als Ehrengäste unter anderem Thomas Berk (Präsident der World Ninepin Bowling Association *WNBA*), Raimund Hessling (*BSKV*-Vizepräsident Bowling) sowie Alfred Altmann (Präsident des Münchner Keglervereins *MKV*) begrüßen. Auch die beiden *EBFU*-Funktionäre Roland Schiffner (*EBFU*-Vizepräsident) und Leopold Sitz (*EBFU*-Präsident) wünschten in ihren Grußworten der Veranstaltung einen guten Verlauf.



EM 2017 MÜNCHEN



Slissen der Fahne



EMM 2017 MÜNCHEN

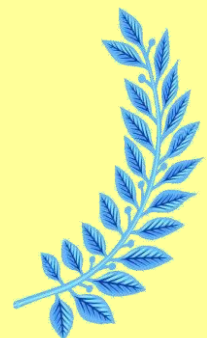


Eid der Aktiven



Karl Peter Ebert spricht als amtierender Europameister den Eid der Aktiven:

*»Im Namen aller Wettkämpfer gelobe ich,
dass wir uns zu diesen Europameisterschaften als faire
Wettkämpfer eingefunden haben,
die Bestimmungen achtend, die sie lenken und leiten und
von dem Wunsch beseelt,
an ihnen teilzunehmen im ritterlichen Geist zum Ruhme
des Sportes und zur Ehre unserer Mannschaften.«*



EM 2017 MÜNCHEN

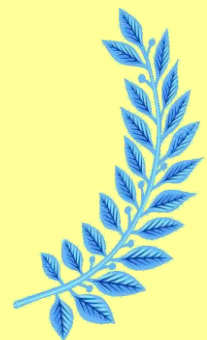


Eid der Schiedsrichter



Johann Benedom spricht als EBFU-Hauptschiedsrichter den Eid der Schiedsrichter:

»Im Namen aller Schiedsrichter und Offiziellen gelobe ich,
dass wir unsere Aufgaben
bei diesen Europameisterschaften
in voller Unparteilichkeit wahrnehmen werden,
die Bestimmungen achtend, die sie lenken und leiten und
getreu den Prinzipien echten sportlichen Geistes.«



EM 2017 MÜNCHEN



Offizielle Eröffnung



Nach dem Hissen der *EBFU*-Fahne, dem Eid der Aktiven und dem Eid der Schiedsrichter erklärte Leopold Sitz die 6. Europameisterschaften für Auswahlmannschaften und Einzelspieler für offiziell eröffnet.

Die Wettkämpfe konnten am folgenden Tag, dem Freitag, um 9.30 Uhr mit den Männer-Mannschaften auf der oberen 8-Bahnen-Anlage beginnen. Parallel dazu starteten die Frauenteam um 13.30 Uhr auf den 10 Bahnen der unteren Anlage.

Am Samstag wurden ab jeweils ab 9.00 Uhr die Einzel durchgeführt. Die Frauen durften sich diesmal auf der oberen Anlage beweisen, die Männer auf den unteren Bahnen.

EMM 2017

MÜNCHEN



Spielbetrieb der Männer-Mannschaften

Europameisterschaften der Mannschaften und Einzel - Männer und Frauen									
25. und 28.05.2017 in München - obere Anlage Stand: 10.05.17									
Freitag, 26.05.17 Mannschaft Männer									
-->	11	12	13	14	15	16	17	18	-->
09:30	Spicca Paolo Südtirol 1	Metzner Jürgen Baden 1	Eppenschwandtner OÖ 1	Richter Harald Bayern 1	Prüstl Richard Vorarlberg 1	Schönherr Walter Tirol 1	Liebermann R. Südbaden 1	Luttenberger G. Steiermark 1	09:30
10:20	Amann Lothar Vorarlberg 2	Pöllmann Karl OÖ 2	Willmann Paul Südbaden 2	Lantschner A. Südtirol 2	Waxenegger A. Steiermark 2	Hammer Paul Rheinl.-Pfalz 1	Bauer Jürgen Baden 2	Wohleb Ernst Tirol 2	10:20
11:10	Eibisberger F. Steiermark 3	Szulerski Helmut Südbaden 3	Gleinser Reinhard Tirol 3	Arndt Christian Rheinl.-Pfalz 2	Lange Mario Bayern 2	Lantschner S. Südtirol 3	Paulitsch Gottfried Vorarlberg 3	Hözl Karl OÖ 3	11:10
12:00	Reichl Matthias Rheinl.-Pfalz 3	Ulrich Christian Baden 3	Heidelberg Benny Bayern 3	Lösch Thomas Südbaden 4	Lick Max Vorarlberg 4	Fröschl Markus OÖ 4	Herrmann Rocco Rheinl.-Pfalz 4	Krapf Norbert Südtirol 4	12:00
12:50	Setter Achim Bayern 4	Wurzer Franz Tirol 4	Reiter Ernst Steiermark 4	Handschuh M. Baden 4	Schönherr Josef Tirol 5	Gack Hans-Peter Südbaden 5	Kogler Johann Steiermark 5	Laub Edgar Baden 5	12:50
13:40	Stolz Leopold OÖ 5	Dörr Jürgen Rheinl.-Pfalz 5	Steffan Markus Vorarlberg 5	Vilsecker Gottfried OÖ 6	Haberkorn Markus Bayern 5	Schmitt Rolf Baden 6	Schneider Othmar Tirol 6	Kottler Claus Südbaden 6	13:40
14:30			Taufere Herbert Südtirol 5	Kornthaler M. Steiermark 6	Falzone Carmelo Rheinl.-Pfalz 6	Frötscher Martin Südtirol 6	Berger Markus Bayern 6	Legen Josef Vorarlberg 6	14:30
-->	Ende 15:20								



EM 2017 MÜNCHEN



Spielbetrieb der Frauen-Mannschaften

Europameisterschaften der Mannschaften und Einzel - Männer und Frauen											
25. und 28.05.2017 in München - untere Anlage Stand: 10.05.17											
Freitag, 26.05.17 Mannschaft Frauen											
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	
13:30	Rechberger B. OO 1	Reiter Roswitha Steiermark 1	Fertschnig A-L. Vorarlberg 1	Thurner Martha Südtirol 1	Wurzer Inge Tirol 1	Pernikas Jessica Baden 1	Boiloglu Anja Rheinl.-Pfalz 1	Zahn Angelika Südbaden 1	Sontheimer Rita Bayern 1	Stauder Regina Südtirol 2	13:30
14:20	Meeß Barbara Rheinl.-Pfalz 2	Gratl Theresia Tirol 2	Fischer Franziska Südbaden 2	Pammer Ingrid OO 2	Prodingr Monika Steiermark 2	Schatzmann C. Vorarlberg 2	Faltenbacher Pia Bayern 2	Megner Heidi Baden 2	Haas Damar Tirol 3	Gucker Sybille Südbaden 3	14:20
15:10	Geng Elfriede Südbaden 4	Priller Margit Südtirol 4	Brutti Grete Tirol 4	Drescher R. Baden 3	Korzendorfer N. Bayern 3	Lettner Hannelore OO 3	Pfaffner Maria Südtirol 3	Fertschnig S. Vorarlberg 3	May Andrea Rheinl.-Pfalz 3	Premm Jutta Steiermark 3	15:10
16:00	Laub Rita Baden 4	Hausleitner D. OO 4	Böttner Heike Bayern 4	Peterlunger E. Vorarlberg 4	Hartmann Karola Rheinl.-Pfalz 4	Seng Heike Südbaden 5	Koppler Brigitta OO 5	Straubinger Anna Steiermark 4	Dittrich Tanja Baden 5	Riedl Anita Tirol 5	16:00
16:50	Schatzmann D. Vorarlberg 5	Hettler Christine Bayern 5	Düregger Petra Steiermark 5	Hüther Birgit Rheinl.-Pfalz 5	Götz Doris Baden 6	Unterthiner L. Südtirol 6	Weber Renate Tirol 6	Unterthiner E. Südtirol 5	Schögl Helene OO 6	Ruf Isolde Südbaden 6	16:50
17:40							Günther Lieselotte Steiermark 6	Ahl Gaby Rheinl.-Pfalz 6	Kofler Christine Vorarlberg 6	Gloßner-Fuchs M. Bayern 6	17:40
18:30											
	Ende 18:30										



FMM 2017

MÜNCHEN



Spielbetrieb im Frauen-Einzel

Samstag, 27.05.17 Einzel Frauen									
	11	12	13	14	15	16	17	18	
09:00	Thaler Hilda Südtirol 1	Rolli Marina Baden 1	Rechberger B. OÖ 1	Gloßner-Fuchs M. Bayern 1	Bazzanella B. Vorarlberg 1	Wurzer Inge Tirol 1	Dilger Waltraud Südbaden 1	Kogler Rosa Steiermark 1	09:00
09:50	Mayr Ernestine Vorarlberg 2	Pammer Ingrid OÖ 2	Fischer Franziska Südbaden 2	Thurner Martha Südtirol 2	Reiter Roswitha Steiermark 2	Boidoglou Anja Rheinl.-Pfalz 1	Kaufhold Heidi Baden 2	Riedl Anita Tirol 2	09:50
10:40	Prodinger Monika Steiermark 3	Gucker Sybille Südbaden 3	Brutti Grete Tirol 3	Meeß Barbara Rheinl.-Pfalz 2	Schäfer Silke Bayern 2	Pfaffner Maria Südtirol 3	Frauen Vorarlberg 3	Lettner Hannelore OÖ 3	10:40
11:30	May Andrea Rheinl.-Pfalz 3	Drescher R. Baden 3	Sontheimer Rita Bayern 3	Geng Elfriede Südbaden 4	Frauen Vorarlberg 4	Hausleitner D. OÖ 4	Hartmann Karola Rheinl.-Pfalz 4	Priller Margit Südtirol 4	11:30
12:20	Fuchs Andrea Bayern 4	Gratl Theresia Tirol 4	Premm Jutta Steiermark 4	Laub Rita Baden 4	Weber Renate Tirol 5	Seng Heike Südbaden 5	Straubinger Anna Steiermark 5	Dittrich Tanja Baden 5	12:20
13:10	Koppler Brigitta OÖ 5	Unterthiner E. Südtirol 5	Hüther Birgit Rheinl.-Pfalz 5	Frauen Vorarlberg 5	Piller Sigrun Bayern 5	Götz Doris Baden 6	Haas Dagmar Tirol 6	Ruf Isolde Südbaden 6	13:10
14:00	Ahl Gaby Rheinl.-Pfalz 6	Düregger Petra Steiermark 6	Unterthiner L. Südtirol 6	Schögl Helene OÖ 6		Gunther Lieselotte TV	Fuchs Regina Bayern 6	Frauen Vorarlberg 6	14:00
Ende 14:50									



FMM 2017 MÜNCHEN



Spielbetrieb im Männer-Einzel

Samstag, 27.05.17 Einzel Männer											
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	
09:00	Eppenschwandner OO 1	Luttenberger G. Steiermark 1	Prüsti Wilfried Vorarlberg 1	Wierer Alois Südtirol 1	Schönherr Josef Tirol 1	Weber Willi Baden 1	Doll Hans Rheinl.-Pfalz 1	Gucker Bernd Südbaden 1	Richter Harald Bayern 1	Krapf Norbert Südtirol 2	09:00
09:50	Arndt Achim Rheinl.-Pfalz 2	Wohleb Ernst Tirol 2	Szulerski Helmut Südbaden 2	Pölmann Karl OO 2	Waxenegger A. Steiermark 2	Willmann Paul Südbaden 3	Mayer Sebastian Bayern 2	Dittrich Klaus Baden 2	Schönherr Walter Tirol 3	Ellensohn Eimar Vorarlberg 2	09:50
10:40	Lösch Thomas Südbaden 4	Lantschner A. Südtirol 4	Gleinser Reinhard Tirol 4	Ulrich Christian Baden 3	Heidelberg Benny Bayern 3	Hölzl Karl OO 3	Lantschner S. Südtirol 3	Männer Vorarlberg 3	Stange Rüdiger Rheinl.-Pfalz 3	Elbisberger F. Steiermark 3	10:40
11:30	Handschuh M. Baden 4	Fröschl Markus OO 4	Gleichauf Thomas Bayern 4	Männer Vorarlberg 4	Hammann G. Rheinl.-Pfalz 4	Reiter Ernst Steiermark 4	Gack Hans-Peter Südbaden 5	Stolz Leopold OO 5	Tauerfer Herbert Südtirol 5	Laub Edgar Baden 5	11:30
12:20	Männer Vorarlberg 5	Setter Achim Bayern 5	Kogler Johann Steiermark 5	Wurzer Franz Tirol 5	Schmitt Rolf Baden 6	Fröscher Martin Südtirol 6	Schneider Othmar Tirol 6	Lenz Frank Rheinl.-Pfalz 5	Vilsecker Gottfried OO 6	Kottler Claus Südbaden 6	12:20
13:10			Männer Vorarlberg 6	Meeß Andreas Rheinl.-Pfalz 6		Ebert Karl-Peter TV	Kornthaler M. Steiermark 6	Guggenberger R. Bayern 6			13:10
14:00											14:00
Ende 14:00											



EMM 2017 MÜNCHEN



Abschlussfeier

Im Mittelpunkt der Abschlussfeier, die am Samstag gegen 18.00 Uhr stattfand, standen dann natürlich die Teilnehmer, vor allem aber die Gewinner der 6. Europameisterschaft für Auswahlmannschaften und Einzelspieler. Wie schon bei der Eröffnung fanden sich wiederum zahlreiche Ehrengäste ein, allen voran Magdalena Föstl (stellvertr. Landrätin des Landkreises Ebersberg), Dieter Mährle (BSKV-Vizepräsident Finanzen) und MKV-Hausherr Alfred Altmann. Roland Schiffner bedankte sich bei seinen Mitarbeitern und allen Sportlern für den reibungslosen Ablauf der zwei Wettkampftage: „Die Vorbereitung für eine Veranstaltung der Superlative hat sich auf jeden Fall gelohnt, wenn ich allein in die glänzenden Augen der Anwesenden blicke!“.



FAM 2017 MÜNCHEN



Auftritt der Gennachtaler Westendorf

Der Trachten- und Heimatvereins Gennachtaler Westendorf unterhielt während der Feierlichkeiten mit seinen Goaslschnalzern sowie einer Einlage zur Ambosspolka.



FMM 2017 MÜNCHEN



Auftritt der Showtänzer Pliening

Daneben konnte sich die Show- und Jazztanzgruppe des TSV Pliening-Landsham mit ihren Tanzeinlagen die Begeisterung der Zuschauer sichern.



EBFU 2017 MÜNCHEN



Siegerehrung

EBFU-Präsident Leopold Sitz ließ es sich nicht nehmen, den Platzierten zu ihren Erfolgen persönlich zu gratulieren und überreichte Medaillen, Pokale und Urkunden.



EEM 2017 MÜNCHEN



Europameister: Frauen-Mannschaften



2

1

3

Vorarlberg

Bayern

Baden



2884

Rita Sontheimer 488 Regina Fuchs 484
Nadine Korzendorfer 458 Heike Böttner 474
Christine Hettler 447 Marion Gloßner-Fuchs 533



2802

Anna-Lena Fertschnig 482 Carmen Schatzmann 499
Sabine Fertschnig 445 Eliana Peterlunger 460
Doris Schatzmann 452 Christine Kofler 464



2789

Jessica Pernikas 447 Heidi Megner 470
Roswitha Drescher 444 Rita Laub 494
Tanja Dittrich 454 Doris Götz 480

EM 2017 MÜNCHEN



Europameister: Männer-Mannschaften



2

1

3

Rheinland-
Pfalz

Bayern

Baden



2970

Harald Richter 501 Mario Lange 478
Benjamin Heidelberg 496 Achim Setter 490
Markus Haberkorn 521 Markus Berger 484



2830

Paul Hammer 461 Christian Arndt 464
Matthias Reichl 460 Rocco Herrmann 501
Jürgen Dörr 492 Carmelo Falzone 452



2796

W. Weber/J. Metzner 445 Jürgen Bauer 497
Christian Ulrich 461 Manfred Handschuh 485
Edgar Laub 450 Rolf Schmitt 458

EM 2017 MÜNCHEN



Europameister: Frauen-Einzel



**Isolde
Ruf**

493



**Marion
Gloßner-Fuchs**

519



**Silke
Schäfer**

487

EMM 2017 MÜNCHEN



Europameister: Männer-Einzel



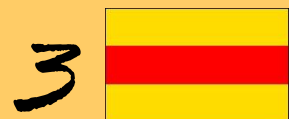
**Markus
Fröschl**

516



**Markus
Schlaucher**

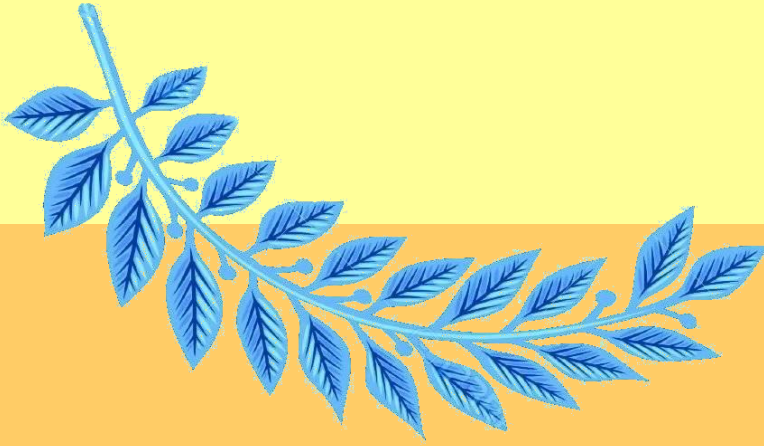
529



**Christian
Ulrich**

513

EMM 2017 MÜNCHEN



Medaillenspiegel



1	Bayern	3	-	1
2	Tirol	1	-	-
3	Oberösterreich	-	1	-
	Rheinland-Pfalz	-	1	-
	Südbaden	-	1	-
	Vorarlberg	-	1	-
4	Baden	-	-	3



EBFU 2017 MÜNCHEN



Beendigung der Veranstaltung

Mit dem Einholen und der Übergabe der *EBFU*-Fahne wurde die 6. Europameisterschaft für Auswahlmannschaften und Einzelspieler offiziell beendet. Ein Wiedersehen mit alten Bekannten und neuen Freunden gibt es 2018, wenn die 2. Europameisterschaft der Tandem-Wettbewerbe in Österreich ausgetragen wird.

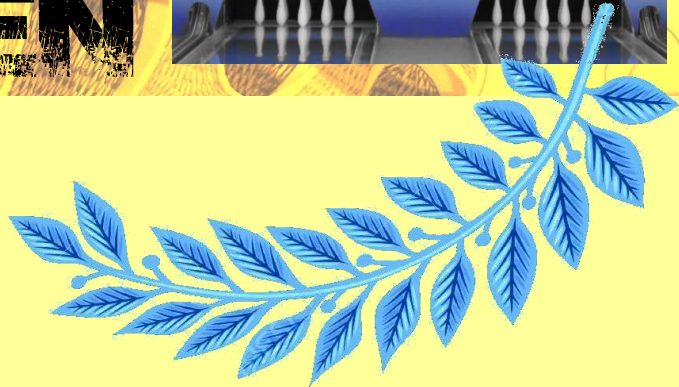


„Wenn die *EBFU* Bewerbe der *VBFK* überträgt, dann wird das optimal ausgetragen. An München müssen sich weitere Meisterschaften messen müssen. Ich bin sehr gerne bei euch in Bayern“, zog Leopold Sitz Bilanz.

EM 2017 MÜNCHEN



Momente der Freude



Zufriedene Gesichter und gute Stimmung – das war typisch für die drei Tage in München. Teamgeist und Zusammenhalt wurden in allen Landesverbänden großgeschrieben. Ob es dann am Ende für eine Platzierung reichte oder auch nicht, spielte gar keine so große Rolle. Alle Keglerinnen und Kegler konnten einhellig am Ende behaupten: „Ich freue mich darüber, dass ich dabei war!“



Die EM 2017 ist unser Highlight!

EMM 2017 MÜNCHEN



Eine freut sich ganz besonders...



Marion Gloßner-Fuchs hat ebenfalls ganz besonderen Grund zur Freude: Sie beendet diese Europameisterschaft als erfolgreichste Teilnehmerin mit gleich zwei Titeln: mit der Frauen-Mannschaft sowie im Frauen-Einzel. Damit erfüllte sie sich einen ganz persönlichen Wunsch und krönt ihre bisherige Karriere. Umso bemerkenswerter ist, dass sie als *VBFK*-Sportdirektorin im Vorfeld und auch während der Veranstaltung stark eingebunden und zudem als Betreuerin mehrfach im Einsatz war.

Auf den nächsten Seiten berichtet die Ausnahmekeglerin in einem Interview über ihren Erfolg.

EM 2017 MÜNCHEN



Interview mit Marion Gießner-Fuchs

Mit ein paar Tagen Abstand zu den beiden grandiosen gespielten Ergebnissen bei der EM in München zunächst einmal herzlichen Glückwunsch!

Hast du bereits realisiert, was du da gemacht hast?

Vielen Dank erst einmal... Es war ein großartiges Erlebnis. Ich muss sagen, die ersten Tage kam erst mal die große Müdigkeit. Ich war ja auch im Organisationsteam mit tätig. Aber seit Mittwoch nach der EM fange ich an, das Geschehene zu begreifen und ich habe ein Dauergrinsen im Gesicht. ☺ Da kommen jetzt so viele Details: das Spiel selbst, jeder einzelne Gratulant, die große Anerkennung, diese Herzlichkeit, die mir in München von allen Seiten entgegengeschlagen ist. Dieses: „Ich gönne dir den/die Titel von ganzem Herzen!“ So etwas habe ich noch überhaupt nicht erlebt. Es fühlt sich einfach nur fantastisch an.

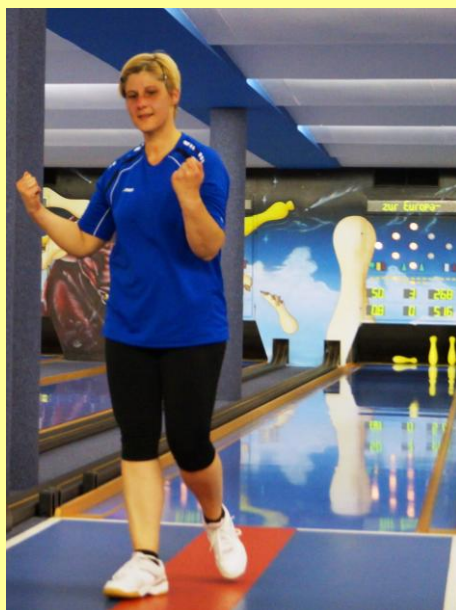
Wie macht man das, punktgenau abzuliefern?

Da geht ein langer Prozess voraus, ansonsten würde das so nicht funktionieren. Konzentration und der Glaube an sich selbst – nur so kann es funktionieren. Kurz gesagt: Ich lege mir einen Plan zurecht. Am Anfang des Jahres setze ich mir meine Ziele. Und darauf wird hingearbeitet. Am Tag „X“ musst du fit sein und liefern. Nur dann weißt Du, dass du gut vorbereitet bist und besinnst dich auf das, was du kannst.



**Was empfindet man als Sportlerin in diesem 45-Minuten-Finish,
wo es im Einzel um die Medaillen ging?**

Empfindungen habe ich, während ich auf der Bahn stehe, eher weniger. Aber ich will ehrlich sein. Ich hatte ganz schön mit mir zu kämpfen. Das Schlimmste war der „Riese“ vom Vorabend. Man läuft da echt Gefahr, das genauso wiederholen zu wollen. Auf Biegen und Brechen noch einmal so spielen zu wollen. Auch die Erwartungshaltung „Du machst das heute schon nochmal...“ Das kann ganz schön blockieren. Im ersten Durchgang war es auch so. Ich hatte wirklich mal weiche Knie und die Bewegung wollte sich einfach nicht so einstellen, wie ich sie kenne. Da war ich dann schon kribbelig. Auf die Gefahr hin, dass ich mich wiederhole, war es dann der Glaube an mich selbst. Wenn du dann merkst, dass da hinter dir gebrüllt wird, was das Zeug hält, läuft dir die Gänsehaut schon mal extrem über den Rücken und du gibst nochmal richtig Gas.



Kann man deiner Meinung nach Erfolg planen?

Wie schafft man es dorthin an die Spitze zu kommen?

Auf jeden Fall kann man Erfolg planen. Ob er sich dann genauso wie erhofft einstellt, steht auf einem anderen Blatt. Ich habe vor einiger Zeit mal einen Spruch gelesen, den ich zu meinem gemacht habe: „Nur wer sein Ziel kennt findet den Weg.“ An die Spitze gelangt man nur durch eisernen Willen, die gewisse Spur Ehrgeiz und Fleiß. Ich hatte anfangs schon erwähnt, dass ich mir am Jahresanfang Ziele stecke. Dann gilt es, mir einen entsprechenden Trainingsplan zu erarbeiten, diesen zu verfolgen und zu dokumentieren. Denn nur so habe ich die Kontrolle, ob ich mich wirklich gut vorbereite. Das beginnt mit körperlicher Fitness (Laufen, Gymnastik usw.). Durch die erworbene Fitness ist es wesentlich leichter, sich 100 Wurf lang zu konzentrieren. Lässt die Kraft nach, ist es automatisch mit der Konzentration vorbei. Das kennt sicher jeder selber. Das Training – auch ein wichtiger Punkt. Ich habe mir einen festen Tag ausgesucht, an dem ich mich mit meinem Trainer Roland treffe und wir gemeinsam auf der Bahn arbeiten. Dank Roland habe ich da ebenfalls einen festen Trainingsplan, den ich regelmäßig ausführe. Und dann ist da noch die Geheimwaffe „Mentaltraining“, die so oft belächelt wird. Ich habe in den letzten Jahren erfahren dass es ohne diese Technik nicht möglich ist, spitze zu sein, wenn's drauf ankommt. In diesem Bereich habe ich mir viele Bausteine, die für mich am Wichtigsten sind, zusammengefasst und verinnerlicht. Die Mentaltechnik ist für mich nicht mehr wegzudenken. Ich behaupte sogar, dass ich diese Erfolge sonst nicht erreicht hätte. Ich bin am Wochenende oft angesprochen worden, dass neben mir eine Bombe hätte einschlagen können und mich das nicht interessiert hätte. Das kann ich auf die erlernten Techniken zurückführen und sehr gut umsetzen.





**Hättest du dir in den kühnsten Träumen dieses Ergebnis erhofft,
in München zweimal Gold zu holen?**

Träume werden ja bekanntlich manchmal wahr... Aber zwischen Hoffen und Machen liegt ja ein ganz großes Stück Arbeit. Von nix kommt nix. Dass es eine Goldene mit der Mannschaft wird, daran habe ich nicht gezweifelt. Denn ich hatte sehr starke Mannschaftskameradinnen vor mir, von denen ich überzeugt war, dass auch sie ihre Leistung abrufen werden. Ich war auch überzeugt, dass ich bei der Vergabe der Medaillen im Einzel ein Wörtchen mitreden werde. Nur welche es am Ende sein wird, war die Frage. Ziel war einfach „nur“ eine Medaille. Am Ende war es dann die Schönste von Allen: „Gold“

Welche Ziele hast du nach den beiden Triumphen eigentlich noch vor Augen?

Ja, ja das ist so eine Sache. Aufhören, wenn's am Schönsten ist?? (hihihi) Nein, da würde mir was fehlen und es gäbe da Menschen, die mir das nicht verzeihen würden. In wenigen Wochen sind die bayerischen Meisterschaften, bei denen ich wieder starten werde. Also gilt es jetzt, sich genauso akribisch vorzubereiten wie immer. Ich habe Menschen um mich, mit denen ich schon viele Erfolge feiern und erleben durfte. Und das möchte ich auch so beibehalten.

Was möchtest du nach dem Triumph sonst noch loswerden?

Ich möchte es nicht versäumen, mich an dieser Stelle noch einmal bei allen zu bedanken, die diese Erfolge durch ihre Unterstützung erst möglich gemacht haben. Mein Dank gilt vor allem meinem Trainer Roland Schiffner, der es nicht immer leicht mit mir hat. Auch meiner Familie möchte ich recht herzlich danken. Würden sie nicht oftmals zurückstecken, wären die Erfolge so nicht möglich.