

Sanktjohanser siegt in Seoul

LEICHTATHLETIK Studentin aus Peißenberg nimmt an Halbmarathon teil

Seoul/Peißenberg – Den Sieg hatte Laura Sanktjohanser schon in der Tasche, das wusste sie. Doch da war dann noch die Sache mit der Zeit. Als die Peißenbergerin beim Halbmarathon von Seoul (Südkorea) auf dem Zielbogen die Digitalanzeige erblickte, da „setzte ich mit letzten Kräften zum Sprint an“, berichtete sie. Und tatsächlich überquerte sie kurz vor der 90-Minuten-Marke die Linie. Mit 1:29:56 Stunden stellte sie eine persönliche Bestmarke über die 21,1 Kilometer auf. Beim zweiten Halbmarathon überhaupt gleich ein Gesamtsieg – im ersten Moment „war ich sehr gerührt“, so Sanktjohanser.

Dass sie als Gesamterste ankommen und dabei erstmals ein Siegerband durchlaufen würde, damit hatte die Athletin der „Lauffreunde Pfaffenwinkel“ nicht gerechnet. Denn der Halbmarathon in der südkoreanischen Hauptstadt mit rund 10 000 Teilnehmern keine kleine Veranstaltung. Außergewöhnlich war für sie der Zieleinlauf als schnellste Frau auf alle Fälle: „Was für eine Erfahrung.“

Die 23-Jährige studiert „Industrial Design Engineering“ und absolviert noch bis Juni ein Auslandsemester an der Chung-Ang-University in Seoul. In Südkorea wollte Sanktjohanser vornehmlich „die Grundlage erhalten“, um dann im Herbst das Training für ihr Saisonhighlight, den Köln-Marathon, zu beginnen. Das mit dem Training in der Metropole gestaltet sich jedoch schwierig: „Es gibt hier Tage, an denen sollte man Aktivitäten draußen aufgrund der Luftverschmutzung vermeiden.“ Ging sie doch zum Laufen, so stellte Sanktjohanser fest, „dass das viel anstrengender und defi-



Überglücklich: Laura Sanktjohanser nach dem Sieg.

PRIVAT



Grüße aus Seoul: Laura Sanktjohanser vor dem Start.

PRIVAT

nitiv nicht gut für den Körper“ war. Auch die Eingewöhnungszeit in dem für Europäer fremden Land, das ungewohnte Essen und das Cam-

pusleben ließen das Training in den Hintergrund rücken. Um neue Motivation fürs Laufen zu sammeln, schloss sich Sanktjohanser dem „Seoul

Flyers Running Club“ an. „Ich wurde super aufgenommen und das Laufen in der Gruppe hat einfach so viel mehr Spaß gemacht, als alleine die Gegend zu erkunden“, berichtete die Studentin. Zwei Erklärungen setzten Sanktjohanser jedoch diverse Zeit außer Gefecht. Laufen und Seoul – das sollte einfach nicht sein, so dachte die Peißenbergerin.

Sie beschloss dennoch, beim „Seoul Half Marathon“ mitzumachen – „einfach so, um den momentanen Leistungsstand abzufragen“. Von einer Zeit von 1:30 Stunden „sah ich mich ganz weit entfernt“. Gemäß ihrer persönlichen Bestzeit (1:34:34 Stunden/gelaufen 2018) durfte Sanktjohanser weit vorn starten. „Die Beine fühlten sich gut an, das Tempo auch“, so die Peißenbergerin. Allerdings lief der Pacemaker für 1:30 Stunden viel zu schnell. Sanktjohanser verlangsamte ihr Tempo und lief bis Kilometer 15 in einer Gruppe mit zwei Frauen. Danach versuchte sie sich, von den Kontrahentinnen zu lösen und suchte dabei größere Koreaner, um in deren Windschatten zu laufen, „was gar nicht so einfach war“, wie sie schmunzelnd anmerkte. Auf den letzten vier Kilometern war das Ziel aufgrund der Streckenführung immer mal wieder in Sichtweite.

Bei Kilometer 17 hatte eine der Frauen wieder zu Sanktjohanser aufgeschlossen. Nun war klar, dass der Gesamtsieg im Duell zwischen ihr und der anderen Läuferin fallen würde. Die Peißenbergerin erhöhte das Tempo und war „heilfroh, dass mir die andere Frau nicht folgen konnte“. Auf den letzten Metern musste Sanktjohanser dann „nur“ noch ihre Zeit im Blick behalten. **PAUL HOPP**