

MITTWOCH, 02. MÄRZ 2011

Leichtathletik

Lockere Vielseitigkeit

Die Regensdorferin Jessica Reust gehört zu den besten Nachwuchs-Dreispringerinnen des Landes. In der Kategorie U20 holte sie am Wochenende Silber.

Martin Liebrich



Jessica Reust ist immer auf dem Sprung: Sie betreibt nicht nur erfolgreich Leichtathletik, sondern treibt auch sonst viel Sport und engagiert sich in der Pfadi – neben einer kaufmännischen Lehre. Bild: Johanna Bossart

Die Leistung war nicht schlecht – doch wenig fehlte und sie hätte noch viel besser ausgesehen: Nur gerade acht Zentimeter weiter hätte die Regensdorfer Dreispringerin Jessica Reust an den Schweizer U-20-Hallenmeisterschaften in Magglingen springen müssen, um Gold zu holen. «Darüber habe ich mich geärgert. Ich hatte hohe Erwartungen.» Immerhin: Reust konnte sich während des Wettkampfs kontinuierlich steigern.

Die 17-Jährige ist ehrgeizig. Und vielseitig. Auf eine Sportart beschränken möchte sie sich darum nicht, und aus diesem Grund ist auch Spitzensport keine Option. Zwar hat Reust schon mehrere Kader-Einladungen erhalten. «Ich habe sie aber ignoriert», erklärt sie, «denn ich möchte neben der Leichtathletik weiterhin in der Pfadi bleiben und auch andere Sportarten ausüben.» So ist sie im Sommer oft auf dem Mountainbike unterwegs und im Winter regelmässig in Davos auf dem Snowboard anzutreffen.

Und in der Pfadi leitet sie eine Gruppe. Letzteres führt gelegentlich zu Terminkollisionen: Im vergangenen Sommer hat sich ein Leiterkurs der Pfadfinder mit dem Trainingslager überschritten. «Nebenbei arbeite ich noch», sagt Reust lachend. Und so wird sie auch heuer das Trainingslager des Leichtathletikclubs Regensdorf verpassen. Denn im kommenden Sommer wird zur gleichen Zeit ein Kurs zur Vorbereitung der Zwischenprüfung für ihre kaufmännische Lehre stattfinden.

Lockerheit und Ehrgeiz

Dreimal wöchentlich trainiert die frisch gekürte Vizemeisterin im Dreisprung gegenwärtig. Mit Leichtathletik angefangen hat sie, als sie zehnjährig war. Darum und aufgrund ihrer Vielseitigkeit verwundert es kaum, dass sie sich auch schon in anderen Disziplinen versucht hat. Im Sprint und im Hürdenlauf schaffte sie zuletzt sogar die Limite für die Schweizer Meisterschaften. Über 60 Meter verpasste die U-20-Läuferin am Wochenende allerdings den Start ein wenig. «Und bei den Hürden war ich ebenfalls nicht in Topform.»

Auch im Mehrkampf hat Reust schon Erfahrungen gesammelt. Denn: «Wenn wir draussen trainieren, werfe ich auch gern einmal einen Speer.» Nur die langen Strecken behagen der Adlikerin nicht. «Mit einem oder zwei 800-Meter-Läufen pro Jahr bin ich zufrieden. Ich laufe lieber über 200 Meter, denn das hat man schneller hinter sich.» Erstaunlicherweise sagt die talentierte Läuferin, dass sie nicht gern jogge. «Vor dem Ausdauertraining kann ich mich ziemlich gut drücken», sagt sie lachend. Vielleicht ist es die Mischung aus Ehrgeiz und Lockerheit, die ihr zum Erfolg verhilft.