

Interview mit Lena Schöneborn

Für die Nachwuchssportler der Abteilung sicherlich schon etwas besonders unserer Olympiasiegerin von 2008 einmal so nah zu begegnen; umso größer auch die Aufregung vor dem Interview.

Die Entfernung von Bonn – Berlin wurde kurzerhand im Rahmen einer Skype-Sitzung überbrückt und so startete am 27.02.2016 um 16.00 Uhr das Interview.

Die Teilnehmer an dieser Interviewrunde waren Tom Clemens, Timon Levai, Smilla Meier, Alexandra Sudermann, Katharina Molkow, Katya Simonov, Mona Laroussi, Judith Rippin, Marlene Böhm, Finia und Leo Friederich. Gemeinschaftlich hatten Sie sich sehr professionell auf das Interview vorbereitet und Ihre Fragen ausgearbeitet.

Auf die Einstiegsfrage von Tom Clemens, konnte Lena ausführlich berichten wie Sie damals zum Modernen Fünfkampf gekommen ist und erwähnte auch das der heutige NRW-Landestrainer Kersten Palmer, derjenige gewesen ist, der sie maßgeblich am Anfang Ihrer Fünfkampf Karriere gefordert und gefördert hat. Begonnen wurde damals im Alter von 14 Jahren mit Schwimmen und Laufen und ging dann weiter mit den technischen Disziplinen Schießen/Fechten und dann zum Schluß erst mit Reiten.

Die Fragestellungen erstreckten sich über den Trainingsalltag bis hin wieviel Freizeit einem bei der intensiven Vorbereitung auf Olympia eigentlich verbleibt, und ging weiter über Themen wie Ernährung / Anzahl der Laufschuhe / Musik bei Wettkämpfen / Anreise nach Rio. Das Thema Freizeit ist aus der Sicht von Lena gar nicht so stark vom Sport selbst abzugrenzen, denn der Sport macht einfach Spaß und ist Bestandteil der Freizeit. Die dann ab und an wirklich mal sportfreie Zeit wird dann für Dinge genutzt die immer schon mal erledigt werden müssen, oder aber auch für Begegnungen mit der Familie, Freunden und Bekannten. Ernährung sicherlich ein wichtiges Thema. Es wird auf ausgewogene Ernährung geachtet, um die Regeneration zu beschleunigen und den Körper fit zu halten.

In den kommenden Wochen bis zum tatsächlichen olympischen Turnier in Rio de Janeiro am 19.08.2016 stehen noch die eine Vielzahl von Wettkämpfen und Trainingslagern auf dem Programm von Lena.

Insgesamt konnte Lena den jungen Sportlern gut vermitteln, dass der Fünfkampf ein Sport ist, in dem man mit Trainingsfleiß und Ehrgeiz sehr viel erreichen kann. (Anmerkung des Autors: die dritte Teilnahme von Lena an olympischen Spielen nach Peking 2008 und 2012 London sind der eindeutige Beweis dafür).

Autor: Roger Molkow