

JULIAN REUS

Auf dem Weg nach PEKING

In gut dreieinhalb Monaten starten in Peking die Leichtathletik-Weltmeisterschaften. Einer der vermutlichen deutschen Starter ist der Wattenscheider Sprinter Julian Reus. Für unsere neue Serie berichten wir in unregelmäßigen Abständen über seinen Weg zur WM.

Zuschauen ist für Sportler oft nicht einfach. Auch nicht, wenn sie ihre Karriere beendet haben. Und erst recht nicht, wenn sie eigentlich selbst starten wollen. Doch am vergangenen Wochenende hatte der deutsche Top-Sprinter Julian Reus diese ungeliebte Rolle: Bei den

Julian Reus holte in Prag die Bronzemedaille.



World Relays auf den Bahamas war er lediglich ein Zaungast.

Wenige Wochen zuvor hatte er sich im Trainingslager eine Beuger-Verletzung zugezogen. „Es war ein Schock und ärgerlich, aber es ist zum Glück zu einem sehr, sehr frühen Zeitpunkt passiert, so dass man da noch sehr gut drauf reagieren kann“, sagt Reus über seine Verletzung, die „direkt im Lauf und ohne Ankündigung“ kam. Einige Wochen hat der Sprinter damit verloren. „Mir gehen jetzt die Wettkämpfe in den USA flöten, wie viel Zeit ich genau verloren habe, kann man gar nicht so genau sagen. Und ich will mir das auch gar nicht ausrechnen. Wir haben einen Plan Richtung DM und Peking, und da werde ich dann einfach weiter dran arbeiten“, erzählt Reus.

Da seine Verletzung ihn nur kurzfristig stoppt, ist er auch in den USA geblieben. „Es wird von Tag zu Tag besser, und ich hoffe mal, dass ich in den nächsten Tagen die läuferische Belastung wieder steigern kann, am Ende des Trainingslagers wieder Spikes anziehen und dann in Deutschland noch mal ein bisschen die Zeit aufholen kann, die ich verloren habe“, so der Wattenscheider. Deshalb hält

Den Blick nach vorne – Julian Reus arbeitet seit Jahren fokussiert auf seinen Erfolg hin.



Der Wattenscheider hält den aktuellen deutschen Rekord.

sich Reus nun in Florida fit. Während die anderen Sprinter trainieren, macht er seine medizinische Nachsorge vor Ort. „Ich werde zweimal am Tag behandelt, ich habe hier ein gutes Gesamtpaket, um wieder fit zu werden“, lobt er.

Bester Sprinter des Landes > Julian Reus ist der zurzeit beste Sprinter Deutschlands. Bei den Deutschen Meisterschaften in Ulm (Juli 2014) lief der damals 26 Jahre alte Wattenscheider seine seither gültige Bestzeit, die gleichzeitig auch ein Stück deutsche Sportgeschichte bedeutet: Im 100-Meter-Halbfinale lief er nach 10,05 Sekunden ins Ziel und verbesserte damit den – seit dem Jahr 1985 bestehenden – deutschen Rekord von DDR-Läufer Frank Emmelmann um eine Hundertstel. Im Finale war Reus dann sogar noch einen Tick schneller. Er holte sich mit 10,01 Sekunden den Titel – allerdings mit irregulärem Rückenwind von 2,2 m/s. „Es ist natürlich schön, dass ich den Rekord gelaufen

„Ich weiß, dass es machbar ist“, sagt Reus dazu. Damit wäre er der erste Deutsche, der die magische Zeitgrenze unterbieten würde.

Der in Hanau geborene Reus fing früh mit der Leichtathletik an. „Ich bin über die Schule und den Sportlehrer zur Leichtathletik gekommen“, sagt er. Da war er gerade einmal sechs Jahre alt. Zum Sprint kam er allerdings erst später. Bis dahin machte er, wie an der Sportschule in Erfurt üblich, Mehrkampf. Mit 15 Jahren kam er dann schließlich in eine Sprinttrainingsgruppe, machte zeitweise aber auch noch Weitsprung und Hürden, bis er sich dann im zweiten B-Jugendjahr komplett für den Flachsprint entschieden hat. Eine richtige Entscheidung. Wenige Jahre später wurde er mehrfacher deutscher Jugendmeister und gewann dann schließlich 2007 bei den Junioren-Europameisterschaften in Hengelo zweimal Gold (100 Meter und 4-x-100-Meter-Staffel) und einmal Silber (200 Meter).

Doppelter Wechsel > Nach seinem Schulabschluss 2007 wechselte Reus dann aber vom Erfurter LAC zum TV Wattenscheid 01. „Mein erster Wechsel war dadurch begründet, dass ich nach der Schule mal etwas Neues ausprobieren wollte, gerade

was Trainingsgruppe, Trainer und Umfeld angeht“, erklärt Reus. Doch die Jahre 2008 und 2009 waren nicht so erfolgreich wie gewünscht, so dass es ihn zurück nach Erfurt zog – er aber nur ein Jahr später erneut für Wattenscheid startete. „Ich habe in meiner Wattenscheid-Zeit festgestellt, wie professionell der Verein dort arbeitet und was man da für eine Unterstützung haben kann“, erläutert er seinen abermaligen Rückwechsel. Nun trainiert er in Leipzig unter seinem alten Trainer Gerhard Jäger, startet aber für Wattenscheid – für ihn „einfach die besten Rahmenbedingungen, um optimale Leistung auf der Bahn zu bringen“. Ab und zu sei er auch wieder in Wattenscheid, dabei gehe es aber vor allem darum, die Staffel gut einzustellen. Denn für Wattenscheid starten neben Reus auch seine beiden Nationalmannschafts-

kollegen Alexander Kosenkow und Christian Blum. Und der Rückwechsel machte sich bezahlt: Neben seinem deutschen Rekord sammelte Reus 2012, 2013 und 2014 diverse deutsche Meistertitel und auch zwei Staffeldmedaillen bei der letzten EM in Zürich.

Höhere Ziele mit der Staffel > Trotz dieser vergangenen erfolgreichen Jahre gibt sich Reus mit Blick auf die WM betont bescheiden: „Erst mal muss man sich dafür qualifizieren, die Norm ist mit 10,16 auch nicht so, dass man das im Vorbeilaufen macht. Und gerade jetzt, wenn ich später in die WM-Vorbereitung einsteige, muss ich erst mal die Norm laufen. Und dann muss man gucken, wie Ende der Saison die Form ist. Danach muss ich dann auch die Ziele ausrichten.“ Auch wenn er sich diese mit der Staffel etwas höher steckt: „Mit Platz vier haben wir eine gute Position, die wir auf der einen Seite verteidigen, aber auf der anderen Seite auch ausbauen wollen.“ Das hieß: eine Medaille. Dieses Ziel hat auch sein Staffel- und Teamkollege Christian Blum im März gegenüber Leichtathletik ausgegeben.

Es läuft gut bei den deutschen Sprintern. Mit einem gesunden Selbstbewusstsein, aber ohne die von amerikanischen Sprintern bekannten Starallüren mauserte sich das Staffelfteam in den letzten Jahren zu einem Medaillenkandidaten bei der WM. „Julian und Lucas stehen für viele Veränderungen, die in den letzten Jahren eingeleitet wurden. Es ist schön, wenn diese so aufgehen“, befand DLV-Cheftrainer Gonschinska schon 2014 auf „leichtathletik.de“ über die beiden Wattenscheider Sprinter, die bei der letzten Hallen-EM in Prag (März 2015) Zweiter (Blum) und Dritter (Reus) wurden und zudem auch noch befreundet sind.

Und auch neben dem sportlichen Geschehen läuft es rund für den Sportsoldaten Julian Reus. Er studiert zurzeit das Fach Internationale Beziehungen und macht im Sommer seinen Bachelor-Abschluss. „Dann habe ich schon mal dahingehend ausgesorgt“, erklärt Reus. Weil er seine Bachelor-Arbeit schon im letzten Winter geschrieben habe, sei in Richtung Studienabschluss auch alles sehr entspannt bei ihm. „Mir fehlen nur noch zwei Kurse“, verrät der Spitzenathlet. Genug Zeit also, sich völlig auf die WM zu konzentrieren. Und erst mal auf den Weg – den Weg nach Peking.

Kea Müttel

>>> FAKTEN

JULIAN REUS
TV Wattenscheid 01
Geboren: 29. April 1988
Disziplin: Sprint
Trainer: Gerhard Jäger
Persönliche Bestleistung: 10,05 sec (100 m), 20,36 sec (200 m)
Größte Erfolge: 2 x EM-Silber (4 x 100 Meter in Helsinki 2012 und in Moskau 2014), 1 x Hallen-EM-Bronze (60 Meter in Prag 2015), 7 x Deutscher Meister, 3 x Deutscher Hallen-Meister, Deutscher Rekord über 100 Meter (2014)

