



Sprinterin Claudia Nicoletzik beim Training in Saarbrücken mit Baschira Tahar und Maïke Hausberger (v.l.).

Foto: dos

Der Weg nach London ist frei

Die Sprinterin Claudia Nicoletzik ist für die 14. Paralympics in London nominiert

VÖLKLINGEN Mit der offiziellen Nominierung in der Tasche startet die Sprinterin Claudia Nicoletzik zu den 14. Paralympics in London, die vom 29. August bis 9. September stattfinden. Die 22-jährige Völklingerin, die seit ihrer Geburt an Ataxie (einer Störung der Gleichgewichtsregulation und der Bewegungskoordination) leidet, ist gut vorbereitet. Bei den Europameisterschaften der Menschen mit Behinderungen „IPC Athletics European Championship“ 2012 in Stadskanaal (Niederlande) hat Claudia Nicoletzik vom TV Püttlingen in der Startklasse TF 36 über 200 Meter in der Zeit von 31,09 Sekunden die Silbermedaille gewonnen. Ihre Bestleistung über die 100 Meter liegt aktuell bei 14,85 Sekunden.

Hoffnung auf Medaille

Mit zwei Silber-Medaillen ist Nicoletzik vor vier Jahren von den Paralympics in Peking zurückgekommen. Auch diesmal hofft die Athletin auf das begehrte Edelmetall. „Natürlich träume ich von Gold. Neben einer Medaille steht für mich aber auch der olympische Gedanke ‚dabei sein ist alles‘ ganz klar im Vordergrund. Ich freue mich schon auf die einzigartige Stim-

mung, gerade auch bei der Eröffnung. Das ist Gänsehaut-Feeling pur“, betont Claudia.

Auch Maïke ist nominiert

Die Mitarbeiterin in der EDV-Abteilung der reha gmbh in Saarbrücken trainiert fünfmal die Woche jeweils zwei Stunden entweder im Stadion der Hermann-Neuberger-Sportschule in Saarbrücken oder beim TV Püttlingen. Mit ihrer Arbeit bekommt sie das Training prima unter einen Hut. Die reha gmbh unterstützt sie auch sehr, damit sie ihren Sport ausüben und sich vernünftig auf die Paralympics vorbereiten kann. „Claudia ist sehr diszipliniert und konzentriert. Das trifft auf das Training ebenso zu wie auf die Arbeit. Man kann sich hundertprozentig auf sie verlassen. Sie ist absolut zielgerichtet“, lobt Trainerin Evi Raubuch ihren Schützling. Seit 2004 trainiert Claudia bei Evi Raubuch, die bis dahin nur mit nicht behinderten Sportlern zu tun hatte. „Das war schon eine Umstellung für mich. Aber ich habe mich in die spezifischen Gegebenheiten gut eingearbeitet und jetzt sind wir ein super Team“, sagt Raubuch. Claudia Nicoletzik

absolviert das Training mit ihren Sportler-Kolleginnen Baschira Tahar (18 Jahre) und Maïke Hausberger aus Trier. Die Siebzehnjährige vom Post-SV Trier, die an einer halbseitigen Spastik leidet, lebt im Sportgymnasium Rotenbühl in Saarbrücken und konnte sich über die 200 Meter ebenfalls für die Paralympics qualifizieren.

Ehrgeizig und zielgerichtet

Nun hofft Evi Raubuch, dass nicht auf die letzten Meter noch eine Verletzung beim Training die Sportlerinnen ereilt. Daher ist das Aufwärmen vor dem Training und die Nachbereitung äußerst wichtig. Trainiert werden neben den Disziplinen Kraft, Koordination und Schnelligkeit. Natürlich ist auch eine gesunde, ausgewogene Ernährung wichtig. „Jedes Gramm zu viel stört. Viel Obst und Gemüse, Fisch, Fleisch und wenig Kohlenhydrate stehen auf dem Speiseplan. Aber meine Mädchen sind sehr ehrgeizig und lassen sich kaum von etwas abbringen. Jetzt wird noch einmal aufbauend trainiert. In der Rankingliste liegt Claudia aktuell auf Platz 2 und hat gute

Aussichten auf eine Medaille“, erläutert Raubuch.

Am 27. August geht es los

Am 27. August geht es auf nach London. Begleitet wird Claudia Nicoletzik von ihrer Schwester Nicole. Auch sie leidet an Ataxie, auch sie ist Leichtathletin. Sie zeigte im Jahr 2010 so gute Leistungen in der Leichtathletik, dass sie 2011 zusammen mit sieben anderen Jugendlichen am Jungendländercup in Landshut teilnehmen und dort das Saarland vertreten durfte. Nicole kam aufgrund ihrer Behinderung in die Startklasse TF 38 (Track and Field). Über die 800 Meter belegte sie in 3:13, 78 Minuten den 1. Platz, über 200 Meter in 33,06 Sekunden den 2. Platz. Allerdings ist sie erst 15 und darf noch nicht an den Paralympics teilnehmen. Aber sie erhielt eine Einladung zum Paralympischen Jugendlager, und so erhält Claudia mentale Unterstützung von ihrer kleinen Schwester. Mit von der Partie ist auch ihr Glückbringer, eine Peking-Ente, verrät Claudia. Das Plüschtier hat sie für die Paralympics in Peking geschenkt bekommen und seither ist das Maskottchen immer im Gepäck. dos