

# So schnell wie lange nicht mehr

Pascal Nabow steigerte sich im 400m-Finale der DM auf 46,74 Sekunden und wurde Sechster

**Klein Rönna**. Die Konkurrenz gab gleich nach dem Start richtig Gas. Pascal Nabow dagegen ließ es gestern im Endlauf über 400 Meter auf den ersten Metern eher ruhig angehen. Doch je länger das Rennen bei den Deutschen Leichtathletik-Meisterschaften in Braunschweig dauerte, desto besser kam der 20-jährige vom SC Rönna 74 ins Rollen. Ganz nach vorne reichte es für den Abiturienten aus Nahe nicht mehr.

Nach 46,74 Sekunden kam Nabow als Sechster ins Ziel – so schnell war er schon lange nicht mehr. Den Titel holte sich Kamghe Gaba (LG Eintracht Frankfurt) in 45,92 Sekunden.

Von Jürgen Brumshagen

„20 Meter mehr oder eine günstigere Bahn und Pascal wäre zu einem EM-Ticket gerannt“, kommentierte SCR-Trainer Sören Kuhn die Vorstellung seines Athleten, der am Sonnabend mit 46,97 Sekunden als Achter so gerade eben das Finale erreicht hatte.

Diese Platzierung bedeutete für Nabow die ungeliebte Innenbahn. Doch davon ließ er sich nicht beeindrucken. „Es war richtig, ein bisschen vorsichtiger zu beginnen. Die Innenbahn hat schon viele Athleten dazu verleitet, im Tempo zu überziehen und am Ende einzubrechen“, sagte Kuhn, der von der Leistung seines jungen Athleten selbst überrascht war. „Einfach sensationell, so bärenstark habe ich Pascal nicht erwartet. Das war das beste Rennen seit zwei Jahren, als er mit Landesrekord von 46,32 Sekunden nationaler Jugendmeister geworden ist“, schwärmte Kuhn. „Und dabei war er im Training noch nicht einmal in Topform. Ihm haben zwei, drei Wochen im Formaufbau gefehlt.“

Die Europameisterschaften vom 27. Juli bis 01. August finden in Barcelona ohne Pascal Nabow statt. Alles andere wäre von den Vorleistungen allerdings auch eine Sensation gewesen. Doch die Saison hält für den Nahe weitere Höhepunkte bereit. Am 14./15. August stehen beispielsweise in Regensburg die Deutschen Titelkämpfe der Junioren auf dem Programm. „Da wollen wir versuchen, es krachen zu lassen“, spricht Kuhn auch für seinen Athleten.

Josefina Elsler verzichtete auf einen Start im Frauenrennen über 200 Meter. „Nur zwei Wochen nach ihrer Muskelverletzung bei der Junioren-Gala des DSV in Mannheim war uns das Risiko, sie unter Volllast sprinten zu lassen, einfach zu groß“, begründete Kuhn die Entscheidung.

Wie von Sören Kuhn erhofft, schaffte auch die Rönnaer 4x400 Meter Staffel der männlichen Jugend A den Sprung in den Endlauf. Hans-Christian Broszus, Marvin Scheller, Björn Beckmann und Svend-Bjarne Beil kamen im Vorlauf nach 3:24,98 Minuten ins Ziel. Im Finale steigerte sich das Quartett auf 3:24,84 Minuten und belegte Platz acht. „Die Jungs sind gut gelaufen“, sagte Kuhn. „Mehr war nicht drin.“ Der neue Meister TV Wattenscheid war klar schneller. Der Titel ging mit 3:15,93 Minuten an die Westdeutschen. Auch am uralten Landesrekord konnten Broszus, Scheller, Beckmann und Beil nicht kratzen. Der steht seit 1961 (!) bei 3:19,8 Minuten. Diese Zeit lief vor 40 Jahren eine Staffel des TSV Plön.

Über 3x800 Meter der A-Jugendlichen fehlten dem SCR-Trio Isabell Teegen, Rieka Suhr und Philine Albrecht 18 Hundertstel zum Erreichen des Finales der besten zehn Staffeln. Mit 7:02,97 Minuten liefen die Rönnaerinnen so schnell wie nie zuvor. „Unsere junge Staffel ist super gelaufen“, lobte Kuhn, um den Blick gleich auf das Jahr 2011 zu richten. „Alle sind jung genug, um im nächsten Sommer bei den Titelkämpfen der A-Jugend erneut dabei zu sein. Kommt dann noch Maya Rehberg dazu, sehe ich für uns sogar eine Titelchance.“

aus Segeberger Zeitung vom 19.07.2010 (c)